



93

Fernando Manresa

VIVIR EN EL ESPÍRITU
Pistas para los ocho días de Ejercicios

VIVIR EN EL ESPÍRITU
PISTAS PARA LOS OCHO DÍAS DE EJERCICIOS

Fernando Manresa

PRESENTACIÓN	3
INTRODUCCIÓN. LA ENTRADA EN EJERCICIOS	5
PRINCIPIO Y FUNDAMENTO	7
PRIMERA SEMANA	10
SEGUNDA SEMANA	14
TERCERA SEMANA	23
CUARTA SEMANA	27

Fernando Manresa (1934-2020). Jesuita. Doctor en teología y profesor durante años en la Facultad de Teología de Catalunya. Estuvo muy vinculado a la formación y al acompañamiento espiritual tanto en Cataluña como en Bolivia, país en el que pasaba largas temporadas. A pesar de su amplia actividad docente y pastoral, apenas llegó a publicar, pues acostumbraba a rasgar sus escritos una vez utilizados para sus clases, ya que consideraba que Dios y la teología eran algo vivo, que no podía quedar atrapado en ningún manual. Dentro de la colección de cuadernos de Cristianisme i Justícia publicó en 1986 *D. Bonhoeffer a los 40 años de su ejecución* (Cuadernos nº 14). La editorial Sal Terrae publicó en 1989 *Una larga marcha. Aprendizaje de la vida religiosa* (Colección Servidores y Testigos nº 41). Y finalmente la colección EIDES publicó su reflexión espiritual *La oración. «Con el sentimiento de una presencia»* (EIDES nº 18, 1996).

Edita: Cristianisme i Justícia - Roger de Llúria, 13 - 08010 Barcelona
Tel. 93 317 23 38 - E-mail: info@fespinal.com - www.cristianismeijusticia.net
Imprime: Ediciones Rondas S.L. - Depósito Legal: B 18540-2020
ISBN: 978-84-9730-468-9 - ISSN: 2014-654X - ISSN (virtual): 2014-6558
Edición: Santi Torres Rocaginé - Corrección: Cristina Illamola
Maquetación: Pilar Rubio Tugas - Octubre 2020

Protección de datos: Los datos de los destinatarios de la presente comunicación provienen de los ficheros históricos de la Base de Datos General de Administración de la Fundació Lluís Espinal (Cristianisme i Justícia), y se incorporaron con el previo consentimiento de los interesados otorgado, o bien directamente o bien a partir de las relaciones jurídicas mantenidas con la fundación, tal y como se dispone en el artículo 6.2 de la LOPD y el artículo 21 de la LSSI. La finalidad de su conservación es mantener informados a nuestros suscriptores e interesados sobre sus servicios y las actividades que organiza y en las cuales participa. Su información no será cedida a nadie, pero sí que puede ser utilizada en plataformas externas a los sistemas de la fundación para facilitar el envío de los correos electrónicos. Puede completar esta información consultando el aviso legal publicado en la web <https://www.cristianismeijusticia.net/avis-legal>. Por lo que hace referencia a su información, en cualquier momento puede consultar, acceder, rectificar, cancelar, limitar su tratamiento, solicitar la portabilidad de los datos, prohibir las decisiones individuales automatizadas y oponerse, total o parcialmente, a que la Fundació Lluís Espinal conserve los datos, escribiendo al correo electrónico info@fespinal.com, o si lo prefiere, dirigiendo un escrito a la calle Roger de Llúria, n. 13, piso 1º, de Barcelona (08010).

PRESENTACIÓN

El texto que tenemos entre las manos es una adaptación del mes de Ejercicios que el jesuita y teólogo Fernando Manresa propuso de forma personalizada a una religiosa en Cochabamba (Bolivia), en el año 1997. Hubo quien le solicitó una copia de los puntos que ofrecía y los pasó a máquina de escribir. Así llegaron a Edil Calero, jesuita boliviano, en aquel entonces escolar y actualmente maestro de novicios en Ecuador. A él agradezco profundamente el hecho de que hayan podido llegar a mis manos. Simplemente he adaptado ese inmenso material para que cupiera en el reducido espacio de este cuaderno, reconvirtiéndolo en un proceso de ocho días de ejercicios, respetando la integridad del texto original, con algunas correcciones sintácticas. Y todo ello con la esperanza de que pueda ayudar a ejercitantes y ejercitadores facilitando un encuentro personal con el Dios “siempre mayor”.

El 6 de abril del 2020 Fernando nos dejó. Tal vez ahora mira este intento con una tierna sonrisa. En cualquier caso, quiere ser un sincero agradecimiento hacia aquel que con tanta sabiduría existencial acompañó durante su vida a tantas personas por las sendas del Espíritu ayudándolas a seguir a Aquel que es camino, verdad y vida hacia el Dios siempre mayor; un Dios cuya incomprendibilidad se nos ha acercado para hacer camino juntos en un creciente proceso de comunión.

Los Ejercicios son un camino mistagógico cuyo objetivo es ayudar a vivir de manera concreta y personal esa comunión en lo real del peregrinaje cotidiano. Por eso, por un lado, se adaptan a quien los recibe y, por otro, quien los ofrece puede dejar impreso algo de su sello personal; y ello porque el Espíritu siempre conduce personalmente. Quien haya conocido a Fernando, descubrirá fácilmente ese sello personal y encontrará también unas pistas que pueden ayudarle a trabajar y trabajarse para así poder vivir una fe cada vez más gozosamente desnuda, una esperanza tenazmente sostenida y un amor bondadosamente ofrecido.

Acabo citando a Josep M^a Rambla quien, en la preciosa necrológica que escribió con motivo de la muerte de Fernando, nos recordaba una oración con la que a menudo concluía sus reflexiones y tareas: «Señor, haz que, en fin, este esfuerzo se pierda anónimamente –como una gota de agua en el mar– en el tejido de una vida social y eclesial más verdadera, más justa y más esperanzada».

Carles Marcet, sj.

INTRODUCCIÓN. LA ENTRADA EN EJERCICIOS

1. Convendría preguntarme al inicio de los Ejercicios «qué busco y qué espero» en esta etapa de la vida en la que me encuentro, después de haber vivido todo lo que me ha tocado vivir, contando con lo que he ido aprendiendo, recordando lo que siento que aún he de aprender y teniendo delante la perspectiva de mi decisión de seguir a Jesús.

2. Los Ejercicios son un camino y un método práctico para tomar una decisión global en torno a mi vida, en el sentido que el Espíritu me inspire. Dicho método, para que sea eficaz, requiere de mi parte «grande ánimo y liberalidad» [EE 5]: esto es, disponibilidad personal henchida de esperanza.

3. Suponen, por tanto, un período de tiempo en el que me voy ejercitando para escuchar, con la convicción de que el Espíritu está “llamando a la puerta” para decirme algo. Para eso, me distancio de lo cotidiano; voy al desierto para re-conocer esa llamada. Este re-conocimiento tiene lugar, durante los Ejercicios, en medio de dudas, oscuridades, luces, movimientos, porque el desierto es lugar de toma de conciencia de la llamada y de la tentación; es el tiempo privilegiado para escuchar, obedecer, decidir y agradecer aquella Voz que siempre me ha estado

llamando de distintas formas y en diferentes momentos.

4. El silencio interior es a la vez condición básica para poder escuchar y efecto práctico del estar escuchando. Cuanto más escucho, menos hablo y, cuanto menos me disperso, más escucho. El silencio es denso si está lleno de esperanza (de escuchar la Voz) y dicha esperanza está hecha de paciencia (capacidad terca de escuchar la Voz).

5. Algunas disposiciones pueden ayudarte a la hora de hacer Ejercicios:

- a) En primer lugar, conviene recordar qué son los Ejercicios para Ignacio: «Todo modo de preparar y disponer el ánimo para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de la vida» [EE 1]. Siendo así, de lo que se trata es de abrir un espacio dentro del corazón para que en él resuene la Voz y vaya ordenándolo y disponiéndolo para que esa Voz vaya dando un sentido a tu vida, de tal modo que, viviéndola pascualmente, seas bienaventurado.
- b) En segundo lugar, considera que no se trata de pensar, analizar, instruirse, etc., sino de rumiar y paladear lo que da contenido, alma, vigor y

calor a tu corazón: «No el mucho saber harta y satisface al ánimo, sino el sentir y gustar de las cosas internamente» [EE 2].

- c) En tercer lugar, entrar con ánimo. Se trata de «ser sujeto de un encuentro con el Señor» que ya me ha salido al encuentro en otros momentos de la vida. Recuérdales. Recuerda como tal encuentro nos sacude, nos centra y nos libera. Es fuente de gozo y de inusitada esperanza. Genera gratitud en medio de la oscuridad, de la impotencia y del esfuerzo, que siguen poblando la vida que ha venido después de tal encuentro.
- d) En cuarto lugar, entrar con generosidad, porque cuando el Señor llama suscita un compromiso más concreto, más lúcido, más incondicionado, menos preocupado por su éxito o fracaso.
- e) Por último, ayuda entrar en los Ejercicios con el deseo de superar determinadas actitudes: la racionalizadora (que engaña), la utilitarista (que solo busca satisfacer intereses personales), la ocultamente escéptica (que pretende hacer los Ejercicios sin poner en ellos esperanza alguna). Conviene, por tanto, abrirse a actitudes más simples, más transparentes, más verdaderas evangélicamente.

6. Para empezar a rezar esta noche, podría ayudarte el dejar inundar tu imaginación interior y exterior poniéndote delante un modelo:

- Lc 1,26-38. María en la anunciación: reacciona, escucha, pregunta, se compromete, se abandona confiadamente al futuro anunciado sin saber en qué consistirá, pero habiendo “escuchado la Voz”.

- Ex 3,1-6. Moisés. El desierto es el lugar de su encuentro con la Voz y el fuego, el modo que tiene el Señor de hacerse presente: arde y no se consume. Y el encuentro es el origen de una vocación; es decir, de una tarea histórica: «¡Ve y libera!».
- 1S 3,1-19: «Aquí estoy, porque me has llamado... Habla que te estoy escuchando».
- Los profetas: Is 6,1-10 («Heme aquí, envíame...») y Jer 20,1-7 («Me has seducido y me dejé seducir»).

7. Algunos consejos prácticos:

- a) Distribuir la jornada de forma razonable: ratos de oración, de descanso, de paseos...
- b) Ir buscando el lugar y la forma de orar que «me ayuden más para alcanzar lo que pretendo».
- c) Hacer cada cosa con todo el corazón (sea lo que sea), como si de ella dependiera todo, como si ella fuera la última sin preocuparse por la siguiente.
- d) Ir tomando pequeñas notas con el fin de poder recordar lo que siento que el Espíritu me va insinuando y con el fin de poder volver a lo sentido ayer o anteayer.
- e) Compartir con quien te acompaña todo aquello que crees que va siendo más significativo y elocuente para ti.
- f) Medir tus fuerzas: ir poco a poco, no gastarse ni cansarse ya en los primeros días, puesto que de ti depende únicamente el disponerte a escuchar, y el Espíritu habla como y cuando quiere. No tensarse, pues, interiormente. Conforme a ello, parece razonable que cada día emplees unas cuatro horas para orar, estrictamente hablando.

Primer momento: Los signos de la acción de Dios en mi vida

1. Una experiencia larga y duradera es algo más que un pensamiento, un sentimiento, un deseo o un conjunto de imágenes. Una experiencia no es algo meramente ¡subjetivo! Mi experiencia del Dios que sigue llamándome incluye mi respuesta larga, dura, por más vacilante que haya sido. Una respuesta concreta a su llamada persistente. Cuando el Señor llama e intento responderle, se pone en juego toda mi persona, mi situación, mi historia, mis proyectos, mis relaciones... Por tanto, mi experiencia vivida de Dios, comporta que el Señor, llamándome, se me ha hecho cercano, que ha actuado dentro de mi historia con los demás y que ha establecido una relación personal conmigo.
2. Te propongo, pues, orar a partir de los acontecimientos vividos, como han orado tantos testigos que «guardaban todas estas cosas –los acontecimientos vividos– en su corazón». Estos acontecimientos son las huellas que deja el paso del Señor en tu vida. Se trata, pues, de encontrar el rastro del Señor en el camino recorrido, sentirle presente en mi reciente pasado, con el fin de poder abrirme más hacia adelante.
3. Un itinerario concreto para la oración. Se trataría de delimitar un tiempo de tu historia, suficientemente rico, pero no inmenso. En una mirada de conjunto, detectar algunos acontecimientos más sobresalientes. Revivir estos acontecimientos, recrearlos en tu interior, «como si presentes se hallaren ahora ante ti». Repósate largo rato ante tales recuerdos, no con la intención de analizar lo que significaron para ti, sino simplemente de «acoger la realidad tal como fue vivida y tal como sigue ante ti», sin doblegarla, manipularla, ni velarla. Y agradece y disfruta; esto es, acoge tu propia historia como don del Señor. ¡Únicamente desde el acogimiento agradecido podemos ofrecer lo recibido!
4. Algunos textos de apoyo. Aunque lo importante para este ejercicio es “la letra impresa” de tu propia vida, para reconocer en ella el Espíritu que la ha inspirado y guiado, tal vez para ponerte

en clima de oración, puedan ayudarte alguno de estos textos: Rom 8,31-39; Mt 5,38 y ss.; Ex 3,1-15; 1Jn 4,7-5,4; Sl 103,116,118; 1Jn 3,13-1.

5. Con todo ello se trata de ir viendo cómo me ha ido conduciendo el Señor a lo largo de mi vida. Dios nos va enseñando –como un maestro de escuela– a reconocer su paso en nuestra vida. Pasando Él por nuestra vida y aprendiendo a reconocer en ella su paso, va sembrando en nosotros como una fundamental convicción, sin la que poco a poco ya no podemos vivir. Entonces, nos vamos persuadiendo de que el Señor continúa dirigiendo nuestras vidas enseñándonos a seguirle en circunstancias distintas, pero en el fondo diciéndonos lo mismo.

6. Si te ayuda, también puedes formularle algunas de estas preguntas: ¿Qué “re-gusto” produce en mí el recuerdo avivado de lo vivido?, ¿me aparece alguna «constante» en medio de la variedad de lo vivido?, ¿siento alguna dificultad en recordar lo vivido?, ¿por qué la siento?, ¿voy reconociendo que narrando mi vida (mediante el recuerdo de ella) va apareciendo poco a poco dentro de mí el sentido que ha tenido; es decir, el *alma* que la ha inspirado?

Segundo momento: Afirmar con la vida al «Dios para y con nosotros»

1. Experimentar a Dios es una experiencia de “pasividad activa”. Para poder afirmar que «he vivido a Dios en mi historia», he de dejarme alcanzar por Él (pasividad). Ahora bien, para

dejarme alcanzar por Él, he de moverme (actividad) hacia donde Él está, abriendo más el corazón. Siempre ha sido nuestra gran tentación manipular a Dios; es decir, «hacer que Él venga adonde yo quiero», pero Dios “viniendo hacia mí” no es la proyección de mis mejores deseos, ideas, intenciones o imágenes. Por eso, para “encontrar” realmente –y no idealmente– a Dios “con” nosotros y “para” nosotros es preciso un trabajo (actividad) de honradez, de mirada misericordiosa y de fidelidad a la realidad.

2. Dios nos sale al encuentro como “Dios con nosotros”. La realidad tan sencilla de Jesús: Emmanuel, Dios con nosotros, encierra lo fundamental para encontrarnos de hecho con Dios:

- a) Un Dios es inmanipulable. Escuchar su Voz significa dejar que Dios sea Dios en mi vida: que tenga la iniciativa en ella. Aquella actitud por la cual, en la práctica, dejamos que Dios sea Dios en nuestra vida es la disponibilidad. Y la disponibilidad comporta, en la práctica, libertad frente a todo lo que no es Él (frente a la imagen social, frente a las relaciones humanas, frente a tantas cosas valoradas por los demás, etc.).
- b) Un Dios que no es solitario. Es “con nosotros” y se nos revela siempre como liberador, reconciliador. Dios no es tan solo “para mí”, sino “en mí para los otros”. La disponibilidad se convierte así en servicialidad. Vivirle más a Él se convierte en dejar que crezca en mí un creciente grado de solidaridad con los demás.

3. La búsqueda de la “gloria de Dios en mi vida”. La gloria de Dios (nuestro servicio, reverencia y alabanza) es la que Jesús manifestó llevando a cabo la obra que Dios le encargó: dar la vida y darla en abundancia (Jn 10,10 y Jn 15,14-15). No se puede llevar a cabo mejor que dando la vida por sus amigos (Jn 15,13). La gloria del Padre que Jesús transmitió a sus amigos es que «sean uno como nosotros» (Jn 17,22). Ser, pues, solidarios entre nosotros y entregar la vida es la «plenitud de amor y lealtad» (Jn 1,14). Y eso es lo que nosotros, sus seguidores, estamos llamados a reflejar y lo que nos va «transformando en su imagen con creciente resplandor» (2Cor 3,17-18). En definitiva, la gloria de Dios es la gloria de Jesús crucificado, fuerza de Dios (1Cor 1,25; 2Cor 4,7), porque en Él resplandece su personal disponibilidad ante el Padre y su total solidaridad con las víctimas de la historia.

4. El termómetro de la verdad de nuestra vida en seguimiento de Jesús es este: ¡A más disponibilidad, más solidaridad y a más solidaridad, más disponibilidad! Este es el principio y fundamento de nuestra vida según el Evangelio. Se trata de un movimiento progresivo, más que de una ley fija. De entrada, no solemos reflejar en nuestra vida tal movimiento porque encontramos obstáculos para ello tanto internos como externos. Por eso, es conveniente no solo afirmar tal principio y fun-

damento, sino modelar la propia vida conforme a él. Dicho en otras palabras: hacernos indiferentes a todo lo que impida vivirla, llevados por la preferencia de querer vivirlo por encima de todo. Se trata de ir descubriendo los obstáculos que nos dificultan o impiden vivirla, pero descubrirlos desde aquella preferencia.

5. Para rezar pueden ayudarte alguno de estos textos: Mt 6; Jn 17; 2Cor 3,7-18; 10,25-42. A lo mejor, también puede ayudarte meditar sobre esta formulación, que no intenta ser otra cosa que la traducción adaptada de lo que en los Ejercicios se denomina el «Principio y Fundamento»:

«Soy llamado a ser para los demás lo que el Señor es para ellos: ¡servidor! Este servicio es una ofrenda: progresiva desposesión de mí mismo. Respuesta a la llamada del Señor (servidor) que sigue muriendo “sin figura humana” en quienes han sido arrojados al basurero de la historia. Ahí es donde puedo descubrir –¡si estoy atento!– la auténtica “gloria humillada” del “Servidor”, el auténtico sentido y brillo evangélico de mi vida. Para descubrirla es preciso dejarme atraer. Para poder “ser atraído”, es preciso “vencerme a mí mismo”, luchar contra mi instinto de encubrimiento, de seducción, de dominación, que bloquean mi libertad».

Primer momento: Dios me sale al encuentro como misericordia

1. Posiblemente habrás podido descubrir en estos días que Dios te sale al encuentro *como, cuando, donde* Él quiere. Vives, por tanto, envuelto por la iniciativa del amor misericordioso del Señor. Tal iniciativa tropieza con este peso que desvía tu historia. ¡Por eso, el amor de Dios siempre es liberador, salvador, perdonador, reconciliador de este peso que tantas veces te puede! No hay auténtica experiencia de Dios sin experiencia de misericordia. Y toda experiencia de misericordia implica conciencia del mal y del pecado (Rm 7,24-25a). Sin esta conciencia, banalizamos lo que es la Misericordia.

2. La conciencia del pecado brota ante Dios. Cuando nos situamos ante nosotros mismos, o bien nos autojustificamos (y, así nos vamos convirtiendo en fariseos), o bien nos culpabilizamos (y así nos vamos autodestruyendo). Pero Dios es mayor y su misericordia nos libera de estos riesgos. La misericordia de Dios se nos pone de manifiesto en Jesús crucificado. Es ante Él donde descubrimos el mal que hacemos y que se encarna en realidades pecaminosas (pecado objetivo); el fondo del corazón humano capaz de pisotear, mar-

ginar, explotar, oprimir, crucificar a otros (pecado subjetivo); y a Dios mismo –en Jesús– alcanzado por ese mal que ejercemos y más allá de él capaz de infinita misericordia (misterio del pecado y del Amor).

3. La trama espesa del mal. El mal actúa en el mundo y en nosotros a través de tres “hilos” que van tejiendo –sin apenas darnos cuenta– el “misterio de iniquidad” en el que vivimos envueltos:

- a) El mal que ejercemos con conciencia y libertad: injusticias, difamación, olvido práctico de la oración, irresponsabilidad, arbitrariedad apostólica, y un largo etcétera.
- b) Actitudes que, sin ser antievangélicas, no están integradas en la línea del Evangelio, y nos descontrolan y traicionan: individualismo, miedo, simplismo, pereza, precipitación, medias verdades...
- c) El conjunto de valoraciones antievangélicas que circulan libremente por el mundo y por los ambientes donde nos movemos y que no siempre nos influyen de forma consciente: «El más débil siempre pierde», «hay que influir», «valorar la eficacia, aunque sea con medios no evangélicos», «apreciar las perso-

nas por sus cualidades naturales», «espiritualismo», «ser amigos sin decir la verdad», etc.

4. Ante esto, ¿qué podemos hacer? Ante el mal que ejercemos con conciencia, cabe plantarle cara con generosidad. Ante lo otro, cabe aplicar una lucidez desenmascaradora, ya que se trata de un inconsciente personal y social. Por tanto, no solo generosidad, sino también lucidez.

5. Algunas sugerencias para rezar:

- No cansarse de pedir aquello que ando buscando: conocimiento sentido de esta realidad del pecado, vergüenza y confusión, deseo de cambio, aborrecimiento de estos pecados [cfr. EE 48,55,63,65].
- Aplicar a la propia vida la parábola del sembrador (Mc 4,1-20) y preguntarse con lucidez cuáles son aquellos «pájaros, zarzas, etc.» que bloquean la vida de Dios en mí.
- Meditar el salmo 139. Y con él, pedir lucidez desenmascaradora.

Segundo momento: Ambigüedades y contradicciones de nuestra vida

1. El pecado en nosotros suele ser una situación o estado, más que actos concretos. Situación o estado que es vivido como un poder que nos domina y que es el resultado de procesos (esto es, pequeñas opciones y grandes justificaciones que dan lugar a dichas situaciones con el paso del tiempo). Se trata de percatarse de que, efectivamente, vive en nosotros un poder imperceptible por

lo familiar y cotidiano que nos resulta ya natural. Se trata de ir aceptando que tanto la bondad como la maldad constituyen la entraña de nuestro ser y combaten dentro de cada uno de nosotros.

2. Esto tan solo se pone de manifiesto con una relevancia difícilmente irrecognoscible en la muerte de Jesús: ahí es donde podemos ver la profundidad del mal que nos habita. Ante Él aparecen unas terribles contradicciones que están como habitándonos por dentro:

- Somos seres de deseo que tendemos a poseer lo que deseamos y, sin embargo, estamos llamados al amor desposeído (gratuidad). Por eso, experimentamos este amor como “muerte”. Por un lado, lo experimentamos como lo más nuestro (así lo sentimos cuando lo vivimos); y, por otro lado, nos sentimos radicalmente impotentes para vivir dicho amor con naturalidad y estabilidad.
- Proyectamos, soñamos, hacemos el bien... y, sin embargo, siempre nos quedamos más acá de lo que proyectamos, soñamos o hacemos. Llamados siempre más allá, sin embargo, quedamos siempre más acá. Nos comunicamos, pero nunca del todo; decidimos, pero luego dudamos; no queremos dominar a los otros y tantas veces les dominamos...
- La edad, el pasado, los fracasos, las resistencias que sentimos, las rupturas que hemos vivido... Todo esto nos hace claudicar en muchas ocasiones. Y cuando no queremos claudicar resulta que vamos más allá de nuestras fuerzas.

3. Conviene considerar algunas consecuencias que tienen lugar cuando nos dejamos arrastrar por estas contradicciones:

- Una progresiva incapacidad para amar en concreto. Y de esta forma nuestro seguimiento se va vaciando de su alma que es precisamente el «poder de amar en concreto».
- Una tendencia a permanecer en estos estados que producen «acciones sin alma». Y de esta forma vamos viviendo de la pura apariencia.
- Una propensión a mantener una mirada triste, cínica, resentida, unilateral, fanática sobre la realidad. Y de esta forma también cambia nuestra mirada hacia nuestros prójimos de quienes acabamos no esperando ya nada.
- Un creciente sentimiento de soledad y de insolidaridad: rechazamos la esperanza, nuestra vida se convierte en algo sombrío e inseguro, sentimos impotencia para relacionarnos gratuitamente. Y de esta forma ya no comprendemos que el verdadero sentido de nuestra vida son los otros.
- Un déficit de perseverancia en el seno del respeto a la realidad: acabamos creyendo que no vale la pena seguir haciendo lo poco que podemos hacer. Y de esta forma no aceptamos que la esperanza es un camino que incluye idas y venidas.

4. Es en la figura de Cristo entregado por nosotros donde vemos cómo asumir nuestra contradicción. Es en Él donde se revela nuestra realidad y nuestra verdad, nuestra contradicción y aquella verdad a la que estamos llamados a vi-

vir y ante la cual nos sentimos impotentes. Es en Él donde aprendemos a comprender que la última palabra –que no procede de nuestra vida, sino del amor humillado de Jesús– es la esperanza, palabra que nos posibilita el aceptarnos como «justos y pecadores» a la vez.

5. Algunos de estos textos pueden ayudarte a rezar: Rom 12,1-2 (no acomodarse al mundo presente); Rom 7,14-25 (el bien que quiero hacer y no hago); 2Cor 12,1-10 (mi gracia te basta); Rom 2,18-32 (entregados o dejados a nosotros mismos); Lc 18,9-14 (la poca lucidez de tenerse por justo); Lc 12,13-21 (atesorar riquezas para sí).

Tercer momento: «Recapitulación»

A modo de repetición o resumen ignaciano [EE 62-64], y sin cansarte de pedir al Señor que te muestre tu verdad, aquella a la que te llama y aquella en la que estás, valgan las siguientes pistas:

- a) Primera pista: ¿Cómo vivo la esperanza?: deseos de amar y ser amado, deseos de libertad; historia de mis grandes o pequeñas opciones: ¿hacia dónde me han ido conduciendo?; mis heridas: ¿cómo crezco en misericordia? Puedes ayudarte de Is 54: «Con lealtad eterna te he querido...».
- b) Segunda pista: Tu experiencia del Dios «siempre mayor»: ¿cómo has sentido que Él es de otro modo, que sus caminos no son tus caminos? En lo que te ha puesto delante, en la forma de hacésete presente y darte fuerzas, ¿qué renunciaciones te ha pedi-

- do?, ¿qué compañía y presencia te ha brindado?
- c) Tercera pista: Tu capacidad de relativizar (lo cual no es displicencia). ¿Cómo has ido creciendo en esto de que con Él el futuro (y el presente) no te alteran? (Fil 3,4-14). ¿Cómo sientes eso de que lo más importante en tu vida es «Dios y los pobres»?
- d) Cuarta pista: ¿Cuáles son en verdad tus absolutos?, ¿cuáles son tus preferencias reales?
- e) Quinta pista: ¿Cuál es tu experiencia de ser libre y disponible?, ¿cuándo lo has sentido vivamente y cómo?, ¿qué dices de «tu Señor», ¿qué dice tu Señor de ti? Puedes ayudarte del salmo 139.

1. Se trata ahora de seguir aprendiendo a «convertirse al modo de Jesús». Por eso, la petición de todos los días que siguen no es otra que «conocimiento interno de Jesucristo para más amar y seguirle». La intención es que Él vaya creciendo en mí, de modo que yo vaya disminuyendo en medio de los demás, como «fermento en la masa».

2. Ir conociendo internamente a Jesús quiere decir ir interiorizando su Espíritu. Por eso la contemplación «ante mí» de la vida de Jesús va produciendo «dentro de mí» un cambio. Tal cambio encuentra resistencias, de ahí que a lo largo de la semana convenga hacer un doble ejercicio: por una parte, contemplar la vida de Jesús de tal forma que sienta su atracción; por otra, interiorizar dicha atracción de forma que me vaya modelando poco a poco, venciendo las resistencias que dicha atracción encuentra en mí.

3. La contemplación diaria de la vida de Jesús va depositando en el corazón la «oscura luz» de que «solo desviviéndose se trae la vida». Se trata de una luz oscura porque dicha luz encuentra en nosotros resistencias, dubitaciones, perplejidades, inercias, etc. Es una luz que poco a poco lo va revelando y penetrando todo. A este proceso de revelación y penetración se responde mediante el

discernimiento, que no es otra cosa sino dejarse atraer por el Espíritu de Jesús (contemplado en la vida de Jesús) e ir poco a poco desbloqueando nuestra libertad. A más atracción, más libertad y, a más libertad, más capacidad de dejarse llevar por aquella atracción. El discernimiento llega a su punto de madurez cuando el mismo Espíritu de Jesús –que tanto me atrae– me pone de manifiesto por sí mismo cuál es mi lugar y mi tarea en el mundo. Cuando decidir o elegir es lo mismo que “ser elegido o decidido”.

4. Conforme a lo dicho, conviene moverse en dos niveles diferentes: el del conocimiento de Jesús y su Reino (nivel cristológico) y el de la determinación de mi lugar en el mundo desde el cual vivir en el Espíritu de Jesús para los demás (nivel histórico). Para ello, conviene también sostener dos actitudes básicas: una recepción abierta en las contemplaciones de la vida de Jesús y una acogida activa de lo que tales contemplaciones van dejando en el corazón.

Primer momento: El Reino de Dios

1. Convendría en un primer momento echar una mirada honesta y sincera a la situación en la que se encuentra el Reino de Dios allá donde vivo: situación

de la Iglesia y de mi congregación, retos que me plantean, qué figuras místicas encuentro en ella. Echar una mirada a la situación del país: qué fuerzas atenazan al Reino de Dios en él, cómo se encuentran aquellos a quienes preferentemente va dirigido el anuncio del Reino de Dios que quiero seguir proclamando para ellos, etc. Todo esto enmarca históricamente la oferta que el Señor te hace aquí y hoy en tu vida.

2. En este contexto, aparece la oferta de Jesús, una oferta aún indefinida, pero que me puede pedir lo que ahora ni siquiera sospecho. En cualquier caso, una llamada a vivir mi vida al modo de Él como horizonte, con medios pobres y contando con mi propia ambigüedad y debilidad; una oferta que no tiene directamente nada que ver con mi fuerza de voluntad, sino que toda ella descansa en la fuerza de su Espíritu; una oferta que exige tiempo completo y, por tanto, una respuesta integral.

3. La oferta de Jesús, dirigida personalmente a mí, pide de mi parte una reacción: un “ofrecerse” a lo que sea, libremente (“decido”), afectivamente (“deseo”), efectivamente (“quiero”). Pero tal reacción he de “pedirla”, pues la oferta me sobrepasa y lo que pido es “ser colocado” en una vida que responda a tal oferta.

4. Para hacer esta contemplación, pueden servirte las siguientes ayudas:

a) Imágenes de testigos conocidos que den a entender con su vida algo de lo que es la oferta que el Señor me propone. No se trata de compararse, sino de dejarse atraer.

- b) Una lectura reposada de Mt 5 donde se te invita a superar, con un estilo de vida inspirado en la oferta de Jesús, lo que a la mayoría de los hombres y mujeres les resulta razonable, sintiendo que este estilo de vida es más que razonable; esto es, gratuito, vivido por pura gracia de Dios.
- c) Lc 4,16-23, donde se narra plásticamente la oferta de Jesús. ¿Me atrae?
- d) Hacer propia –si no se siente demasiada dificultad para ello– la oración que se halla en el n.º 98 de los Ejercicios. Es una oración que quiere expresar el propio ofrecimiento para ser escogido en tal vida.

Segundo Momento: Encarnación, nacimiento y vida oculta

1. Primeros pasos. Entramos en el largo y lento proceso de encarnación de la Palabra (el Hijo) *en y para* la vida de los hombres. La Encarnación en sí no es un momento, sino todo el proceso de la vida de Jesús... ¡hasta su muerte! Por tanto, para ti, encarnación es también un largo y lento proceso de ir entregando la vida *en y para* los demás. No es un punto para tu vida, sino un horizonte, un dinamismo para toda ella. De ahí, la petición que puede acompañarte en las contemplaciones es «conocimiento interno» de la vida de Aquel que vivió así: encarnándose *en, en medio y para* los demás... hasta la muerte. En la medida en la que vas consintiendo a esta forma de vivir, ¡vas naciendo a La Vida!

2. Primera parte. Se trataría de imaginar cómo el Padre mira a toda «la redondez de la tierra» (llena de personas) y cómo mirándola misericor-

diosamente («Dios es amor»), se «determina» (decide) la encarnación del Hijo para salvar al género humano [EE 102,106,107]. Deja penetrar en ti tal mirada, a fin de ir aprendiendo a «mirar al mundo como Dios le mira» y «optar como Él opta», de ir aprendiendo a amar a las personas como Dios las ama y, así, yendo un poco más allá, tratar de sentir el latido del corazón de Dios (esto es, la misericordia). Incluso puedes pedir tener los mismos sentimientos que Cristo Jesús (Fil 2,5-11).

3. Segunda parte: la Anunciación (Lc 1,26-38). Puedes ir leyendo repetidas veces el texto, dejándote afectar por una palabra, por una frase. Fíjate en que la encarnación de Dios en nuestra historia pide tu anuencia; que los otros encuentren al Dios cercano a través de tu vida exige tu consentimiento. Fíjate también en cómo Dios escoge la sencillez, lo femenino. Se va a dejar labrar por una sencilla mujer. Es el Dios «siempre mayor» que se muestra encarnándose en la fragilidad. La presencia encarnada de Dios en la historia siempre tiene algo de paradójico: la estéril dará a luz, la que no conoce varón tendrá un hijo... Y María responde ante lo humanamente imposible: «He aquí la esclava del Señor. Hágase en mí según tu palabra»... Fíjate en que todo apunta a unirse al movimiento de la Misericordia de Dios –que es su encarnación– para convertirse más y más en cauce de misericordia.

4. Tercera parte: contemplación del nacimiento de Jesús (Lc 2)

a) Contemplar es descubrir el misterio que late y se manifiesta. Para ello,

hay que mirar y dejarse mirar para sentir con tal intensidad que uno ya no puede olvidar lo así sentido. Y por ello lo recuerda con facilidad. La contemplación es sensibilidad viva, intuición provocativa de unión. Por eso, la contemplación requiere que los sentidos se pongan en juego. De este modo, lo contemplado va siendo interiorizado poco a poco en la medida en que *lo sentido se va convirtiendo en lo acogido*. La contemplación es «dejarse habitar por dentro por lo contemplado». Por todo ello, puesto que es lento, hay que repetir las contemplaciones, de forma que lo esencial, lo que más alimenta, vaya sedimentándose dentro de uno.

b) Pues bien, intenta acceder de este modo al nacimiento de Jesús. Fíjate en las condiciones (anonimato, marginalidad) que hablan del Misterio del no haber sitio para Dios en el mundo. Fíjate en que el anuncio se hace a los sencillos pastores, no a los poderosos, y que las señales que se ofrecen son un niño, un pesebre, unos animales, unos pañales..., que hablan del Misterio de la gloria de Dios manifestada en la debilidad, la desnudez y la pobreza.

5. Cuarta parte: la vida oculta de Jesús

a) La falta de información que tenemos sobre tantos años de la vida de Jesús encierra también un misterio: vivir en Dios requiere un duro aprendizaje, lento crecer y madurar, lento desarrollo de «lo nuevo dentro de uno», aprender a caminar al paso de Dios. A lo largo de tantos años, Jesús fue aprendiendo a

vivir misericordiosamente, a vivir de hambre de justicia, a vivir con un corazón limpio, a llorar con los que lloran, a fomentar la paz; es decir, aprendió lentamente a vivir lo que luego propondrá en las bienaventuranzas como forma de vida.

- b) Puedes adentrarte con la imaginación en los lugares por los que se movía la gente de su época (campo, taller, vecindario, calles y plazas, templo y sinagoga), en las actividades y situaciones corrientes (el trabajo no especializado, las relaciones humanas, la vida del pueblo, las bodas, los entierros, las fiestas, los rezos en familia, la participación en la sinagoga), en la relación íntima con el Padre Dios en la soledad, la lectura de las Escrituras, etc. La familiaridad con todo ello queda reflejado indirectamente en las parábolas de Jesús: en ellas se refleja su forma de comportarse en la vida corriente, su forma de sentir y vivir sensiblemente el dolor y la pobreza de los demás. Así, puedes asomarte al misterio de la humanización de Jesús a través de la profunda naturalidad con que vivió la vida con los demás. ¡Una naturalidad que transparenta el misterio desde el que vivía!
- c) Jesús fue aprendiendo una forma de estar en la vida que puede inspirarte: hecha de receptividad (las cosas que la vida le ofrecía no le traían sin cuidado, vivía atento a su entorno, y, así, acogiendo la vida tal como viene, ¡nos habló de Dios como Padre!), de permeabilidad (se dejó impactar, y no solo «guardaba las cosas en su corazón» sino que también las meditaba en su oración,

y, así, fue aprendiendo a dar y recibir, a enseñar y aprender, a amar y dejarse amar) y de capacidad de encajar los golpes de la vida, sin darles soluciones falsas o precipitadas, sino buscando con terca confianza.

Tercer momento: Bautismo y tentaciones de Jesús

1. El objetivo de esta contemplación es la «elección» de Jesús: emprender un camino en su vida «en la forma de siervo». Pero dicha elección no es otra cosa que «acoger hasta el fin» ¡la elección del Padre sobre Él! ¡Jesús elige lo que el Padre ha elegido para Él!

2. La petición será aquí conocimiento interno de Jesucristo para seguirle en su “docilidad” y en la utilización que hace de las mediaciones históricas con las que se va encontrando en su vida.

3. En la contemplación del bautismo (Mt 3,13-17), puedes fijarte en que Jesús siente el impulso de ser bautizado; es decir, de expresar públicamente ¡qué es lo que cree! Dejándose bautizar da a entender la seriedad con la que se toma la vida y su solidaridad con los demás: su solidaridad es lo que da seriedad a su vida. Solamente así es cómo se le muestra a Jesús con especial intensidad la presencia de Dios: es señalado como el Hijo. Jesús tomó conciencia en público de cuál es su misión como el enviado del Padre, pero aún no tiene claridad sobre las concreciones históricas en las que se irá realizando su vocación. Tendrá que ir discerniendo qué es lo que en concreto significa ser “el Hijo” en medio

de los hombres, qué significa trabajar por el Reino para ellos. De entrada, Jesús hace suya “la forma de siervo” para realizar su misión. Así se dispone a «estar con y para los perdidos»: encargándose y cargando con ellos y su suerte. Así vivirá «ante Dios y en medio de los hombres». Y así es como es acogido por el Padre. En el fondo, el bautismo es una «anticipación de su destino», una «matriz de su estilo» y la «fuente de sus preferencias». Pero ello será también el corazón de su tentación porque una gran vocación siempre va acompañada de una gran tentación. Por eso, para ti –como para cualquiera– seguir a Jesús es una opción que necesita ser reafirmada continuamente según van cambiando las circunstancias

4. En la contemplación de las tentaciones (Mt 3,14-4,11), considera que en el fondo son las mismas que vivimos también nosotros; es decir, la posibilidad de dar a la vida un sentido y una orientación diferentes. Es la tentación a la que está siempre sometida nuestra frágil esperanza, nuestra difícil libertad, nuestra conciencia de soledad, nuestra impotencia envuelta en rutina:

- a) Primera tentación: esperar satisfacer con una intervención de Dios nuestra necesidad y, así, eludir el trabajo por los demás. Es una evasión del peso y la consistencia de las cosas y del ritmo en que estas se producen. Respuesta: Dios nos habla a través de la vida tal como viene, en la identificación con los hombres tal como son y viven, cargando y encargándose de ellos.
- b) Segunda tentación: exigir algo que nos diga con toda claridad que

«Dios está conmigo», por temor a vivir en la insuperable ambigüedad, es un pretender asegurar la misión sin correr riesgo alguno. Así evitaríamos aquella forma de vivir y actuar que es la única capaz de llegar a lo más entrañable de los demás, a aquellas «fuentes de gratuidad» del corazón humano que solamente vibran ante el «amor débil y expuesto». Respuesta: el amor desarmado es lo único capaz de suscitar el deseo de solidaridad, de verdad, de paz.

- c) Tercera tentación: desear y buscar el éxito mediante el uso –disimulado– del poder. Dejándose llevar por él, ya no sería el poder del amor el que nos vincularía con los demás, ya no nos encargaríamos y cargaríamos con los demás de forma análoga a como Dios se ha encarnado y carga con nosotros. Respuesta: «Anda, ve, vende todo lo que tienes y ven y sígueme».

Cuarto momento: ¡Sígueme!

1. Se trataría ahora de considerar cómo es este Jesús que te llama personalmente para ser cauce de la Misericordia de Dios en el mundo, para ir concretando tu agradecimiento en un seguimiento servicial. Fíjate en que quien te llama no es un programa ni un proyecto; es una persona, Jesús el Cristo, camino de Dios hacia ti y de ti hacia Dios. Puedes preguntarte quién es Él para ti, qué significa para ti, cuáles son los rasgos que más te seducen de Él. Para ello, puede ayudarte la contemplación de alguna de estas escenas: Mc 1,16-20; Jn 1,38 y ss.; Lc 5,1-11; Mc 3,13-19; Mc 8,27-35.

2. Lo importante sería entrar en una contemplación serena de alguna de estas escenas, lo más simplificada posible, de manera que vaya calando poco a poco y que uno pueda ir reconociendo el hilo del Espíritu que le va conduciendo.

3. Y, al final, por si ayudan, valgan estas consideraciones:

- Jesús te llama para colaborar en su obra asumiendo el conflicto que ello comporta, con aquella esperanza misteriosa que no se agota a pesar de la falta de evidencias sensibles.
- Jesús te llama a ser «cauce de misericordia» allá donde hay muerte. Ello implica un desprendimiento de aquellas actitudes o situaciones que entorpecen la realización práctica de esta llamada.
- Jesús te llama a colaborar «a su modo»: cercano al pobre, desprecupado por la propia imagen, sin miedo a la confrontación.

Quinto momento: Seguir a Jesús es una opción continua

1. El Nuevo Testamento y nuestra experiencia nos hablan de que, a lo largo de la vida, nos encontramos con una disyuntiva que se formula de distintas maneras: luz-tinieblas, vida-muerte, roca-arena, mundo-reino, día-noche, arriba-abajo, espíritu-carne, etc. También en la tradición cristiana escuchamos hablar de dos caminos, dos ciudades, dos reinos, dos banderas, etc. Podríamos expresar la alternativa de este otro modo: o fundarse y enraizarse en Dios (en su amor, en su Palabra, en

su Espíritu) o fundarse y enraizarse al margen de Él (en otros criterios, fuerzas, poderes o pretensiones). El primer camino conduce –personal y colectivamente– a la vida plena y el segundo, al vacío.

2. Los dos caminos no son realidades estáticas. Son más bien fuerzas, seducciones o dinamismos que están siempre operantes en nuestra vida. Por eso, optar por uno de ellos siempre se vive como una lucha. Es más, si llegara un momento en que este conflicto fuera ignorado, eso nos estaría indicando que estamos viviendo enmascarados, debilitados o sin alma.

3. Así, los dos caminos se van manifestando en procesos (sendas) que, según vivamos uno u otro, pueden describirse así:

- a) La senda del vacío: busca seguridad (debido al miedo) y apego a lo que me da seguridad (imagen social, bienes materiales...); busca falso aprecio como consecuencia natural de fundar el valor personal o el sentido de la vida en la auto-seguridad (ser tenido en cuenta, ser valorado...) y acaba viviendo su autosuficiencia en soledad con una creciente separación entre la apariencia y la realidad.
- b) La senda de la plenitud: busca el desprendimiento, el desapego; esto es, no tener miedo a perder ventajas o renunciar a las comodidades, preferir el anonimato de los últimos lugares, etc.; busca también el olvido de la valoración, el no poner la esperanza en ser bien valorado, en sentirse imprescindible, en tener

que ser consultado, con creciente capacidad para ser sujeto de olvidos y descalificaciones; y busca la humildad; esto es, vivir en verdad y en libertad la vocación a la que uno ha sido llamado.

4. Los dos caminos van creando dos estilos distintos de vida. Mientras que la senda del vacío conduce a sofismas, falsas motivaciones, justificaciones, pérdida de la sencillez y, de resultas de ello, a la turbación personal de fondo (miedo, confusión, cansancio crónico interior...), la senda de la plenitud conduce a una mayor claridad, a la capacidad de decir la verdad sin herir, a dar la cara con serenidad, a vivir sin temor a perder nada porque no hay nada que perder, a la capacidad de contagiarse y, de resultas de ello, a una paz, una serenidad y un gozo interior de fondo.

5. Algunos textos que pueden ayudarte a rezar son estos: Lc 1,46-55; Lc 6,20-26; Ef 6,10-17; Sl 26; 1Cor 1,18-25.

6. Una advertencia final. Es bueno –en el marco de esta doble senda– recordar sin torturarse de qué forma he vivido estos procesos, aunque no haya sido de una forma químicamente pura. Y eso, no con un prurito de examinar o teorizar, sino desde la lucidez del corazón que desea y pide ser recibido en la senda de la plenitud.

Sexto momento: Tres tipos de personas

1. Durante estos días de Ejercicios, al compás de la contemplación de los misterios de la vida de Jesús, suele ir

concentrándose la atención en torno a lo que el Espíritu me va diciendo, con el fin de que su voz y su paso dejen dentro de mí una huella o un sello que –de forma anticipada– orienten mi vida y movilicen mis energías conforme a dicha voz o paso. Frente a tal eventualidad, he de procurar estar atento; es decir, estar concentrado y libre: concentrado en torno a Él y libre para responderle a Él. Me puede servir para ir recreando en mí tal atención –hecha de afectividad y efectividad– sobre la “imagen” de estos tres tipos de gentes, así como no cansarse de pedirle al Señor la mayor disponibilidad posible.

2. Los tres tipos de personas

a) Primer tipo: [EE 153]. Mc 10,17 ss. (el joven rico)

Ya ve con claridad lo que debe hacer o elegir, pero se defiende diciendo «¡Ahora, no!». Cuando el sentimiento de «ser hecho para la verdad» vive dentro de uno, le estimula y apremia; uno no se atreve a negarlo de golpe, pues se sentiría mal consigo mismo. Entonces prefiere anestesiarlo justificándose: «tengo que hacer esto...», «tengo que elegir esto...», pero «¡ahora no!». Después. Y ese después se va alargando más y más, de tal forma que uno sigue viviendo en la mentira objetiva. Todo sigue igual por fuera, aunque por dentro no porque se ha desaprovechado una oportunidad.

b) Segundo tipo: [EE 154]. Lc 9,59 ss. (los que querían seguir con condiciones)

También ve con claridad lo que debería elegir. Pero «¡así no!». Hay tal vez otro modo de solucionar su situación; hacerlo con radicalidad no tiene tanta importancia, tal vez no serviría para nada. Así, todo se le va difuminando en esta permanente vacilación e irresolución. Hecho para la claridad, se queda en la insinceridad y los disimulos le enredan más y más. De tal manera que queda, poco a poco, insensibilizado al paso del Espíritu del Señor por su vida, separado de los demás y alejado de aquella autenticidad que vive de pequeñas opciones que van concretando oportunamente la opción fundamental... Todo esto va desapareciendo del horizonte.

- c) Tercer tipo: [EE 155]. Lc 1,26-38 (María)

Lo que en el fondo le sitúa en la verdad no es tal o cual cosa, sino vivir abiertamente y sin condiciones ante el Espíritu que le llama y le atrae. Esto es lo que le interesa y no otra cosa. Le interesa ese «ahora» y no el después porque su preferencia y su urgencia no es otra cosa que la voluntad de Dios que se le manifiesta «así» y «ahora».

3. Nota final

Es bueno en este momento de los Ejercicios detenerse en alguna contemplación anterior en la que hayas sentido más vivamente que algo se movía por dentro; o recordar algún momento de los Ejercicios –aun fuera de la oración– en el que has sentido el paso del Señor de alguna forma; o ir repasando, con

las notas que hayas ido tomando en días anteriores, qué es lo que hasta aquí parece que el Espíritu te está diciendo.

Séptimo momento: Recapitulación

1. Se trata de “repetir”, de distintas maneras, los momentos fuertes de esta segunda semana, con el objetivo y el deseo de reconocer haber vivido interiormente con intensidad algo semejante a lo que recordaba San Juan en su evangelio (Jn 1,35-39). Se trata de recordar esta semana que... «eran las cuatro de la tarde».

2. Las tres maneras de humildad [EE 164-168]

Son tres caminos hacia el fondo evangélico de la vida. No son tres estados, son «tres modos de caminar por el desierto», son «tres modos de esperar y resistir» que van variando según nuestra capacidad de amar, según dónde esté nuestro corazón.

a) Primera manera de humildad. Uno responde a la llamada del Señor, pero responde con esfuerzo. De tal manera que subraya más el trabajo y desprendimiento personal que le supone su respuesta que la gracia que tal llamada representa para él. De este modo, sigue a Jesús con disponibilidad, pero también algo voluntarísticamente. Le sigue «dejando la piel en ello», vacilando de vez en cuando y con la nostalgia de lo que ha dejado. Le sigue o bien siempre matizando, o bien solo intencionalmente, como partido en dos por dentro. En el fon-

do, aunque le sigue, continúa siendo el protagonista de su vida: mirándose a sí mismo, esperando ser bien ponderado, satisfecho de los propios logros y triste por los propios fracasos. En fin: se sitúa frente a Jesús.

- b) Segunda manera de humildad. Uno siente que su disponibilidad para seguir a Jesús le complica la vida. Acentúa el carácter de sacrificio personal que el seguimiento a Jesús supone. El seguimiento de Jesús, sentido y vivido desde este grado de disponibilidad, es un seguimiento que tiene un carácter más moral que auténticamente gratuito y libre. En tal situación, difícilmente puede afirmar que está gozosamente centrado con su misión, o que dicho gozo le brota del ejercicio de su misión humillada. Uno responde de puertas hacia fuera, pero esa respuesta no va creando en uno una nueva sensibilidad porque no responde desde dentro de uno mismo. En el fondo, todo sigue dependiendo de la propia capacidad.

- c) Tercera manera de humildad. Uno va descubriendo que todo lo que hace es desproporcionado respecto a lo que podría y debería hacer. Y lo que hace no es otra cosa que acoger agradecidamente el don que se le ha ofrecido. Así, vive libremente. El «siempre algo más» no es un deseo meramente abstracto, sino que se concreta en todo aquello que uno recibe y que comparte del todo. Su respuesta aparece ante uno como una locura desproporcionada y se siente acogiendo el don de la libertad como el principio que da alegría a su vivir. Así, una nueva sensibilidad, un tierno amor humanizante, va creciendo dentro de uno mismo.

3. Algunos textos para la oración: Mt 5; Mt 6,19-21; Mt 9,10-13; Mt 10,34-42; Mt 11,16-19; Mt 11,25-30; Lc 9,56; Gal 2,20. Sin olvidar la petición de aquello que ando buscando: conocimiento interno de Jesucristo para poder dejarme llevar más por su llamada.

1. Se trata en esta tercera semana de Ejercicios de ir aprendiendo concentradamente a “con-morir” con Cristo para poder ir haciéndolo realmente a lo largo de la vida. “Con-morir” con Cristo es la forma más profunda de “con-vivir” evangélicamente *entre y para* los hombres, día a día. En el fondo, es vivir lo que hemos llamado el «tercer grado de humildad». Así, ir contemplando la pasión y muerte de Jesús –que es lo que vamos a hacer– es ir anticipando de alguna manera el sentido de fondo de tu vida en el futuro según el Espíritu, conforme a aquello de que «si creen en el Resucitado, ¡vivan como el Crucificado!».

2. Entre otras cosas, contemplar la pasión de Jesús equivale a ir aprendiendo a vivir *en medio de y entre* el vacío y la plenitud, el sentido y la falta de sentido, la luz y la oscuridad, la vocación y la tentación, la pobreza y la esperanza. Es decir, una situación en la que de vez en cuando tendrás que retomar tu opción fundamental en tus manos, una y otra vez... ¡hasta el final! Será bueno, por tanto, que, ante el paisaje que se te va descubriendo (la pasión de Jesús), vayas confirmándote a vivir «lo que el Espíritu te haya inspirado», en medio de..., entre...

3. Convendría también aprender a sentir que algo le falta a la pasión de Jesús

–que sigue padeciendo hoy. “Sentir” no significa que vibres interiormente. Probablemente, habrá muchos momentos en los que no sientas nada, pero ese “no sentir nada ahora”, es la anticipación de lo que con frecuencia será el pan de casi cada día en el futuro para ti. Sentir que...

- «la divinidad se esconde» [EE 196]. Es decir, que en tu vida futura lo más probable es que también sientas cómo se te esconde la divinidad. Ahora es tiempo de acoger cordialmente este destino porque ha sido también el destino de Jesús.
- «Jesús padece esto por nosotros» [EE 197]. Es decir, todo lo que así viviendo hagas, con fidelidad y libertad, es liberador para los demás. Así, tu vida no solo pasa a un segundo plano, sino que también tiene un esencial componente de «secreto dolor y soledad» que solamente tiene una explicación: es un secreto dolor y soledad que brotan de algo que los sostiene porque «sé de quién me he fiado».

4. Sería bueno que contemplases la pasión de Jesús no solo como algo que le sucedió después de lo anterior, sino como el fondo que vivía ya en todo lo anterior. ¡Jesús vivió con pasión toda

su vida! Puesto delante de la pasión de Jesús, intenta que ella te evoque la pasión de tu vida, en el doble sentido de la palabra: vivir con pasión su seguimiento y, de resultas de ello, vivir la pasión que su seguimiento comporta. En otras palabras: se trata de aprender a vivir pascualmente.

5. Por último, disponte a que tal vez algunas de las cosas sentidas en estos días (o en días anteriores a los Ejercicios) se te pongan en duda; y también a que se te abran posibilidades que hasta ahora no se te habían ocurrido.

Primer momento: La Eucaristía y Getsemaní

1. La eucaristía es como la anticipación en forma de sacramento y en forma de estilo de vida de la pasión de Jesús. Es el compendio de la vida de Jesús y la anticipación del final de ella. En cuanto a estilo de vida, puede inspirar toda tu vida y todo en tu vida. Una vida que se da en un contexto social determinado, donde abunda el afán de poseer y dominar, y el sometimiento de todos aquellos que no poseen ni dominan; la relegación a un segundo plano de todos aquellos sentimientos que tienen valor en privado, pero no socialmente (la amabilidad, el agradecimiento, la simpatía, la ternura, el padecer...), el reinado del egoísmo en muchas de las relaciones humanas que generan víctimas de todo tipo, etc.

2. En tal contexto, la mayor parte de la gente no vive, sino que sobrevive. Y la eucaristía nos enseña que vivir es algo más que sobrevivir: «Yo soy el pan de

la vida» (Jn 6,35-48). Pues bien, este «pan» puede convertirse en alimento y sacramento de la vida para ti porque en medio de nuestra vida hace visible (sacramento) el dominio, la muerte, el sufrimiento, el amor, el temor y el duelo... Y porque te hace receptivo a ellos (te alimenta).

3. Te hace receptivo:

- Para la muerte: trae la muerte de los demás a tu vida, la deja entrar en ella, para que tu vida no se convierta en un mero sobrevivir (esto es, vivir insolidariamente). Te enseña que lo que te roba la vida es ir alejando de ti la muerte de los demás; es el miedo a vivir la muerte de los demás. Intentamos olvidar, marginar la muerte de los demás porque la tememos. Entonces, las relaciones humanas se van apagando o concentrando solamente allá donde son apariencias; así, vamos poco a poco reproduciendo relaciones muertas.
- Para el sufrimiento: una vida que se alimenta de este «pan de vida» da entrada, dentro de sí, al sufrimiento y a los que sufren; hace visible y sacramental el dolor de los otros para que se convierta en tu dolor. Porque lo que aliena no es el sufrimiento de los otros, sino prescindir de él, no dejarlo entrar en tu corazón. El «pan de vida» no disimula los sufrimientos de los demás sino que los “com-padece”. Este pan te hace visibles los sufrimientos invisibles de tus hermanos para que, participando de su sufrimiento, ¡pases de la muerte a la vida! Te hace capaz de verte a ti mismo con los ojos de tantas víctimas.

- Para el amor: el pan de la vida te introduce dentro del amor en medio de una vida de dominación. Te hace ver que no es lo mismo amar evangélicamente que amar de forma dominante, asistencial o subordinando a los otros. Este pan te va enseñando a «partir, compartir y repartir» una y mil veces en la vida. Y ten en cuenta que esta forma de amar es muchas veces sentida por los demás como una cosa extraña.

4. Algunos textos que te pueden ayudar a rezar son Jn 13; Lc 22,14-27; 1Cor 12,23-34; Jn 6,48-69.

5. Puedes también acompañar a Jesús en su oración en el huerto de Getsemaní (Mt 26,36-46; Mc 14,26-34; Lc 22, 39-46). No se trata de emocionarse artificialmente. Más bien se trata de que, a la luz del dolor de Jesús, repases tus pasividades internas y veas cómo pasa el Señor por ellas. Las pasividades internas me muestran aquello sobre lo que no tengo control, muestran mi inseguridad y manifiestan mi impotencia y mi sentimiento de abandono.

6. En otras palabras: se trata de acompañar a Jesús y reflexionar. Jesús está triste; situación en la que a veces me encuentro sin causa conocida, sin ganas de nada, sin saber por qué, con un peso en el alma, y sin saber adónde voy ni para qué hago lo que estoy haciendo. Jesús tiene miedo ante algo que no ha llegado, pero que está viniendo. También yo a veces siento miedo ante el futuro, ante la situación global en la que me encuentro y tampoco puedo controlarla. Jesús siente hastío, sin gusto para vivir; y yo a menudo siento

como si no tuviera sentido lo que vivo; todo da igual, me siento bloqueado, sin motivación, sin estímulo, sin capacidad ni de decisión ni de acción. Jesús ora en agonía, cansancio y sequedad, intentando comprender lo que no podía comprender. También yo siento a veces a Dios lejano, sin poder explicarle lo que me pasa, solo frente a la vida con su peso y su dolor.

7. Y al final te quedas sin explicación. El mal es un enigma, pero puedes vislumbrar algún sentido: Jesús tuvo que hacerse semejante a sus hermanos en todo, para hacerse «cauce de misericordia» (Heb 2,17). Tomando sobre sí el dolor, lo purifica, lo humaniza; nos abre al dolor de los demás; echa una mirada al dolor ajeno, está atento para acompañarlo, porque el dolor es, a fin de cuentas, el lugar de tu seguimiento.

Segundo momento: El itinerario pasional de Jesús

1. Ahora te propongo contemplar las pasividades externas, simbolizadas en el itinerario pasional de Jesús. Son las pasividades que sufres procedentes de los demás. Cuando sientes a los otros como injustos, abusivos, mal intencionados; cuando te sientes manipulado, criticado, engañado, frustrado; cuando te sientes conducido por condiciones que, de hecho, te orientan por sendas no queridas ni previstas por ti. Se trata de convertir tales condicionamientos insuperables en ocasión para «profundizar tu seguimiento de Jesús».

2. Las etapas del itinerario pasional de Jesús.

- a) Primera etapa: El Sanedrín (Jn 18, 12-24), el tribunal de la envidia.

Un tribunal que se reúne con prisas para pararle los pies a Jesús, para calumniarlo... No le tienen estima. A veces algo semejante te puede ocurrir. Somos así; nos rozamos y al rozarnos nos herimos, despertamos envidia en los demás –aun sin pretenderlo.

- b) Segunda etapa: Los apóstoles (Mc 14,66-72), el tribunal de la soledad

Jesús se queda solo, abandonado por los suyos. Se le alejan. Pedro sigue a Jesús, pero desde lejos. Ello provoca en Jesús soledad. El grupo se deshace. Lo reunido se separa. Lo que estaba lleno se va vaciando. La fidelidad se convierte en abandono y traición. Algo parecido te ha podido ocurrir en algún momento de tu vida. Poco a poco fuiste tomando conciencia de que estabas solo.

- c) Tercera etapa: Pilato (Jn 18,28-40), el tribunal del egoísmo

No es mala persona. Teme. Antepone sus intereses ante Jesús. Es el egoísmo. Tal como alguna vez también te ocurre, otros se aprovechan de tu trabajo, otros hipotecan tu misión, otros sacan provecho para ellos de lo tuyo, otros triunfan a costa tuya...

- d) Cuarta etapa: Herodes (Lc 23,8-12), el tribunal de la frivolidad

Quiere divertirse a costa de Jesús. Es la frivolidad. Cuando la seriedad de tu vida está ante tales ojos te sientes condenado al silencio. No tienes nada que decir; ¡Jesús calla! Tu vida dedicada a los demás se tiene como un juego. No interesas a nadie. No te toman en serio.

- e) Quinta etapa: El pueblo (Jn 19,12-16), el tribunal de la ingratitud

Aquellos que fueron curados por Jesús, prefieren a otro. Se olvidan de ti, ¡y no por culpa suya! La vida es así. Pasamos y ya nadie nos recuerda. Nos vamos quedando atrás. Nos dicen amablemente que nos apartemos. Hemos dejado la piel allá donde estábamos y ahora sentimos con dolor que no nos han agradecido lo que hemos hecho.

3. Envidia, soledad, egoísmo, frivolidad, ingratitud... He ahí el conjunto de pasividades externas en medio de las que vives. Y no está en tu mano controlarlas ni evitarlas. Cuando intentas evitarlas, todavía te sientes más sumergido en todo ello. ¿Qué hacer?, ¿desconocerlo ingenuamente?, ¿luchar a brazo partido contra ello?, ¿hacerte el invulnerable?, ¿responsabilizar indiscriminadamente a todos aquellos que producen en ti tales pasividades? Todo ello es tan frecuente que, en caso de no saber qué hacer o cómo reaccionar, pierdes una densa ocasión de aceptarte vulnerable y aprender a ser llevado por la vida tal como Jesús fue llevado por ella: su fuerza ante tales pasividades se enraizaba en su confianza en el Padre.

1. El objetivo de esta semana es disponerse a confirmar el sentido que para mi vida tiene la Voz que se me ha ido haciendo cercana, interpelante, efectiva. Se trata por tanto de ir hasta el fondo de aquella Voz.

2. La Voz habla. Y, al hablar, dice esto: «Déjate llevar por la manera de creer, amar y esperar de Jesús expresada condensadamente en esta afirmación: si el grano de trigo no cae en tierra y muere, no produce fruto». Esta lógica –difícil de entender y de vivir– es la traducción humana de la lógica de Dios que se nos muestra en la vida de Jesús: sirviendo hasta la muerte va revelando *quién* es Aquel que anima tal forma de vivir: el Padre. Y viviendo así, en medio de lo que le tocó vivir, fue poniendo de manifiesto que precisamente ahí en medio vive latentemente *el espíritu* que lo renueva todo. Ahora se trataría de contemplar como en ese “ahí en medio” –vivido por ti como Jesús– ha emergido el Espíritu, de tal manera que te dispones a seguir viviendo desde su fuerza contagiosa para los demás.

3. Más en concreto: es cuestión de que el recuerdo sentido de la presencia del Resucitado *en medio* de la vida de sus discípulos, *entre* ellos, te haga creati-

vo. Que no te deje en el recuerdo del pasado, sino que te lleve a imaginar anhelantemente el futuro, a vivir resucitadamente en medio de los problemas. Deja, por tanto, que en las horas de oración la imaginación –algo ya más modelada por la figura de Jesús– viva de la utopía de lo que te ha sido ofrecido.

4. No se trata únicamente de una creatividad individual, sino también histórica, que envuelva a quienes te rodean, a la tarea que te espera, a las circunstancias que te condicionan, etc. El Espíritu es la fuente de esta creatividad; es el consolador: fuente de paz, gozo, gratitud, vigor, fortaleza, magnanimidad, etc. Fuente, en una palabra, de Libertad.

Primer momento: «¡Es el Señor!»

1. Las narraciones que hablan de las apariciones del Señor resucitado a sus discípulos nos anuncian lo mismo, pero de distintas maneras. Por eso te ofrezco una matriz que puede serte útil para ir contemplando lo que anuncian tales narraciones.

2. Estas serían las pistas que forman eso que he llamado “matriz”:

- a) Los que se encuentran con el Resucitado habían andado durante años detrás de Jesús: cuando Él nos sale al encuentro es, pues, necesario haberle seguido de alguna manera.
- b) Los que se encuentran con Él han sufrido una crisis. Tristeza, desengaño, soledad, vacío. Esperaban... ¡Y nada! Para poder experimentar la aparición del Espíritu de Jesús en tu vida, has de haber bajado –en algún sentido– hasta la muerte personal.
- c) A pesar de dicha crisis, los que se encontraban con el Señor resucitado, conservaban recuerdos inolvidables de su convivencia con Jesús. Es posible que tú no le sientas contigo y, a pesar de ello, que conserves una fidelidad de fondo.
- d) Los que se encuentran con el Señor resucitado se acercan al lugar de la muerte de Jesús (al sepulcro, a las llagas...). Desde la muerte de Jesús es desde donde va amaneciendo la vida. En la medida en que te vayas acercando al lugar histórico en el que Jesús sigue muriendo hoy, irás teniendo la oportunidad de experimentar la fuerza del Resucitado.
- e) Los que se encuentran con Jesús, de entrada no le conocen porque no tiene el mismo rostro que antes, pero le van reconociendo en sus gestos más típicos. Jesús está en los demás, pero no de manera evidente; hay que haberle conocido antes para reconocerle en sus gestos.
- f) Los que se encuentran con Jesús, al encontrarle, le descubren de un modo especial, le descubren desde dentro y eso les desbloquea, de manera que la realidad problemática en medio de la que convivieron antes con Él ya no es un obstáculo para vivir en Él y de Él. Si antes la divinidad se escondía, ahora aparece con su humilde pero penetrante discreción.
- g) Los que se encuentran con Jesús pierden sus temores, se sienten renovados, cambian de vida. Y ese don se les convierte en tarea. Así, la tarea de su vida es invertirla en entregar (tarea) todo lo recibido (aparición). Esto es lo que San Ignacio llama «el oficio de consolar» [EE 224].

3. Algunas consideraciones finales:

- Puedes orar recordando algo semejante a una aparición (esto es, una experiencia de consolación) que ya hayas vivido. Las apariciones en nuestra vida no suelen ser espectaculares, sino discretas. Solemos darnos cuenta de que el Señor ha pasado por nuestra vida cuando ya ha pasado, porque ha dejado un rastro indeleble en el alma.
- La vida en el Espíritu es algo parecido a la cresta de una cordillera por la que vamos caminando intentando conservar el equilibrio. Tiene sus puntos álgidos (son las apariciones) y trechos más ordinarios que transitamos con menor riesgo. En los momentos álgidos, corremos el riesgo de ser alzados más allá de nuestra estatura pero, lo que en ellos hemos vivido es de lo que se va alimentando el caminar del día a día por trechos más ordinarios. Lo extraordinario (casi siempre secreto) da fuerzas para vivir lo ordinario (casi siempre público)
- De este modo, uno va aprendiendo a vivir como si viera al invisible

(momentos álgidos, apariciones) y a vivir lo visible habiendo visto —de espaldas— al invisible.

4. En la oración puedes pedir conocimiento interno del Espíritu del Resucitado, para recordar sus apariciones en tu vida y para reconocerlas en adelante cada vez con más profundidad. Un texto que puede ayudarte a rezar es Jn 20, 11-18, u otra narración de una aparición del Resucitado; aquella que te sea más familiar.

Segundo momento: La santidad del gozo

1. «Sígueme» es la primera palabra de Jesús que escuchaste y «sígueme» es la última palabra de Jesús que siempre escucharás. ¡Conviene que ahora, al contemplar los misterios de su vida resucitada, vuelvas a escucharla! Esa puede ser la petición en la jornada de hoy: receptividad para volver a escuchar tal palabra.

2. Algunas pistas que puedes considerar:

- a) La acción de Dios dándole la vida en plenitud responde a la acción de los hombres de dar muerte al justo e inocente. Vida que también se nos ofrece a nosotros para colmarnos de su gozo. Por tanto, la santidad del gozo consiste en entregar lo recibido.
- b) Te ha sido dada la posibilidad de vivir tu historia como resucitado con los otros y para los otros; es decir, entregándola a fondo perdido, sin exigir nada como retorno. La gratitud como alma de tu vida es la santidad del gozo.

- c) Siempre tendrás que ir aprendiendo a configurar más y más tu vida conforme a la de Jesús. He aquí otro rasgo de lo que es la santidad del gozo: vivir tan pequeñamente que siempre has de ir aprendiendo.
- d) La victoria del resucitado sobre la muerte significa para ti que vives una esperanza que no muere, que vives en una libertad difícil porque se pone a prueba ante toda forma de esclavitud propia o ajena, que vives en un sentimiento fundamental que —estés como estés— supera toda la tristeza. Esperanza, libertad y confianza... He aquí lo que significa la santidad del gozo.
- e) El gozo es lo que sentimos cuando encontramos la perla preciosa o el tesoro escondido. Lo que se opone al gozo no es el sufrimiento sino la tristeza. Vivir con gozo es vivir con la capacidad de agradecer y celebrar el ser para otros y estar con otros. Esto es lo que quiere decir la santidad del gozo.

3. Vivir así conduce y supone a la vez haberte encontrado con el resucitado (1Cor 15,28). Dejarse encontrar por Él es en el fondo confiar a tumba abierta en Él. Reconocer al resucitado como inmanipulable. Confianza y obediencia son disposiciones básicas para vivir la santidad del gozo en el camino. La confianza es aquella actitud que te lleva a vivir para los demás como el Resucitado. Encuentras al Resucitado en tu camino cuando dejas que sea su Espíritu el que inspire tu vida; cuando le respondes (lo contemplas) y le correspondes (actúas). Todo esto no es programable; es una experiencia de gratuidad, pero puedes siempre disponerte a ella.

4. Alguno de estos textos pueden ayudarte en la oración: Lc 1,46-55; Lc 6,27-35; Rm 15,1-7; 2Cor 4,7-15; Ef 1,15-21; Rm 8; Sl 18; 26; 65; 104.

Tercer momento: «Buscar y hallar a Dios en todas las cosas»

1. Concluimos el proceso con un ejercicio de tránsito entre los Ejercicios y la vida ordinaria. Se trata de ir delineando una actitud ante la vida y ante las cosas en la que sea posible vivir con seriedad lo esbozado durante estos días. Una actitud que –aun desgastándose en lo cotidiano– tenga capacidad para transformarlo y regenerarlo. Una actitud que tenga la virtud de ir reequilibrando la distancia que siempre se va abriendo en la vida entre las obras y los deseos, entre la práctica y las intenciones, de forma que, reequilibrando tal desproporción, tú te vayas reequilibrando también y aprendiendo siempre algo más a salir de ti mismo.

2. Este equilibrio está hecho de tres elementos:

a) Una actitud profunda de reconciliación con la propia historia. Se trataría de aprender a reconocer los beneficios recibidos en tu historia, pero no como privilegios, sino de forma que dicho reconocimiento te induzca a ir más allá de la decepción acerca de ti mismo, más allá de la cadena de sucesos en la que te has visto inexplicablemente inmerso, más allá de la resistencia que las cosas te han ofrecido. Más allá de todo ello, se te ofrece la posibilidad de releer tu propia historia como

historia de una Fidelidad más fuerte que tu pecado y tu ambigüedad, más fuerte que tu gran o escaso acierto.

No es fácil vivir reconciliados con la propia historia. Tendemos a buscar la reconciliación en estructuras o en los traumas personales, y adjudicar a todo ello nuestra falta de reconciliación. Pero la verdadera reconciliación que buscamos pasa por el trabajo, por la comunidad, por las relaciones, por los testigos de tu vida, etc., porque ni las estructuras ni los traumas nos reconcilian. Y ello se debe a que no cubren todas las dimensiones de lo humano porque no somos solamente nuestras circunstancias, sino lo que hemos hecho de ellas.

- b) Considerar cómo Dios habita en la historia, cuanto la vemos y vivimos toda ella polarizada por el Reino. Se trata de despertar en ti una actitud vigilante. Dios habita en el pobre como llamado a ti para que deje de serlo. Dios habita en el afligido para que tú seas su consuelo. Dios habita en el oprimido que encuentra libertad a través de ti. Dios habita, en fin, donde lo humano se esponja: donde nos realizamos como hombres y mujeres. Y Dios hace más humanidad allá donde hay más inhumanidad. Dios habita, en una palabra, en la inesperada llamada, en la capacidad de esperar por encima de toda esperanza.
- c) Considerar cómo Dios trabaja en el mundo. El trabajo de Dios en el mundo tiene un nombre: Jesús. También es admirable el trabajo de Dios en sus santos; un trabajo que aparece allá donde podemos encontrar algo de bondad. Todo ello

requiere de tu parte la capacidad habitual para captar y admirar la bondad de los demás. Aún mezcla de barro, esta bondad es lo más humano que encierra la vida.

3. Se trata de que todos estos elementos te remitieran al Padre de Jesús. Los ojos de la fe son los que intuyen lo más profundo de todo ello en lo cotidiano de la vida. Y lo más profundo de todo ello es lo que Jesús llamaba Padre.

4. Algunos textos que pueden ayudar a rezar: Lc 1,46-55; Lc 6,27-35; Rm 5,1-7; 2Cor 4,7-15; Ef 1,15-21; Rm 8; Sl 18; 26; 65; 66; 83; 104; 105;

118; 138. Por si te ayuda también en este momento de tránsito, puedes preguntarte serenamente:

- Si en estos días se ha producido una cierta renovación del gozo y gusto por la vida, o una iluminación global de las cosas, o una simplificación en lo esencial.
- Si estos días te han ayudado a confirmar algunas decisiones concretas y a considerar los mecanismos de apoyo necesarios para que se vayan concretando.
- Si percibes, en definitiva, que ha crecido tu capacidad de amar, el gozo de vivir siguiendo a Jesús.

«Ayudar» es el verbo con que Ignacio de Loyola expresó modestamente su gran deseo de hacer el bien a los otros.

Bajo este lema de servicio y sencillez, la Escola Ignasiana d'Espiritualitat (EIDES) ofrece esta serie de materiales ignacianos.

Escola Ignasiana d'Espiritualitat (EIDES) Colección «Ayudar»

84. D. GUINDULAIN. Atraídos por Dios. Cuarenta y nueve prácticas espirituales - 85. F. JALICS. La fase contemplativa de los Ejercicios ignacianos - 86. J. RIBALTA. Cartas para acompañar - 87. C. MARCET. Ignacio de Loyola acompañado, acompañante, en compañía - 88. D. MOLLÁ. Del «magis» personal al «magis» institucional - 89-90. J. M. RAMBLA - J. M. LOZANO (eds.). Discernimiento comunitario apostólico - 91. J. M. LOZANO. La plenitud del tiempo - 92. L. ESPINAL. Oraciones a quemarropa - 93. F. MANRESA. Vivir en el espíritu

Los títulos de esta colección se pueden descargar de internet en: www.cristianismeijusticia.net/es/eides

La Fundació Lluís Espinal envia gratuitamente los cuadernos EIDES a quien los solicite. Si usted desea recibirlos, pídalos a Cristianisme i Justícia.

Cristianisme i Justícia

Roger de Llúria 13 - 08010 Barcelona
93 317 23 38 - info@fespinal.com
www.cristianismeijusticia.net



cristianismeijusticia



cijusticia



fespinal89

www.cristianismeijusticia.net/eides