



# puntos para ejercicios

JUAN MANUEL GARCIA DE ALBA, S.J.



Los Ejercicios han surgido de la experiencia directa de San Ignacio, de tal manera que podría decirse que quien hace los Ejercicios vive a su vez, y desde su historia, la experiencia del santo.

Constan de una introducción, cuatro etapas o semanas y una conclusión. De la misma forma quieren favorecer un encuentro personal con Dios revelado en Jesucristo y al mismo tiempo un encuentro con nosotros mismos.

**La introducción** o “principio y fundamento” nos pone ante Jesucristo como Creador y Señor de la vida, ante el mundo y sus circunstancias.

Es el plan de Dios sobre el hombre el mundo y la historia. Es la respuesta de Dios a la pregunta del hombre sobre el sentido y significado de su propia realidad en un mundo concreto y condicionado.

**La primera etapa** trata de la conversión o vuelta al Señor, cuando por nuestras faltas hemos abandonado la casa paterna.

**La segunda etapa** está formada por una serie de contemplaciones y meditaciones sobre el llamamiento de Cristo para que colaboremos en la misión de liberar y salvar el mundo.

Se trata de crear un diálogo entre la Historia de la Salvación y nuestra propia historia.

En **la tercera etapa** se medita la pasión y muerte de Cristo para saber también nosotros tomar una actitud ante el sufrimiento y la muerte.

Pero principalmente para valorar y hacer nuestra la entrega de Jesús.

**La cuarta etapa** nos invita a la comunión con Dios en esta vida que vivimos, a descubrirlo y amarlo en todas las situaciones de nuestra vida.

En **el epílogo**, la contemplación para alcanzar amor a Jesucristo en la vida diaria, trata de descubrir a Dios que se nos revela en Jesucristo y con la fuerza de su Espíritu, en la vida diaria. Descubre a Jesucristo presente y activo en todo.





1  
**invitación**



Masaccio, Iglesia del Carmen, Florencia  
*Detalle de la resurrección del hijo de Teófilo.*



**juan manuel garcía de alba s.j.**

**Ejercicios Espirituales  
de San Ignacio.**

¿Qué son?  
¿Para qué son?  
¿Cómo se hacen?

1  
**invitación**







## ¡Una invitación!

Pero, ¿a qué?

A vivir una experiencia de Dios para que lo encuentres, lo escuches, lo ames y lo sigas en tu vida.

Jesús se sigue presentando en nuestra vida, como se presentó en la de sus discípulos, para dirigirnos un mensaje y una invitación: "*Ven y sígueme*". Pero nunca antes de una experiencia personal y de una decisión libre: "*Si tú quieres...*"

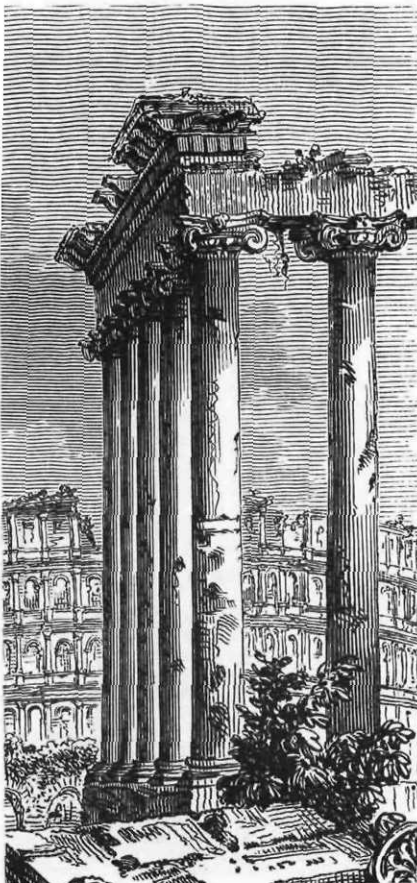
Jesús sigue moviendo nuestro corazón, como movió el de sus discípulos, para que nos interese asistir a la fiesta que El ha preparado y a la que El nos invita. Como es natural, habrá que vencer algunas resistencias y querer de verdad, desde lo más íntimo de nuestro ser, asistir a la fiesta.

Un día dijo Jesús:

*"El reino de los cielos es semejante a un rey que celebró el banquete de bodas de su hijo y envió a sus siervos a llamar a los invitados a la boda, decían: 'Vengan, que ya está todo preparado'. Pero ellos empezaron a excusarse. El primero dijo: 'He comprado un campo y tengo que ir a verlo; te ruego me disculpes'. Otro dijo: 'He*







*comprado cinco yuntas de bueyes y voy a probarlos; te ruego me dispenses'. Otro dijo: 'Me acabo de casar y por eso no puedo ir a la fiesta'" (Mt 22,2; Lc 14,16-20).*

Estos hombres representan a todos aquellos que por razones aparentes se disculpan de aceptar el mensaje de Jesús.

La fiesta a la que se refería Jesús en su parábola era la aceptación del Reino que él anunciaba, es decir, la aceptación de su persona, su mensaje, su obra salvífica. La fiesta a la que se te invita en el momento presente sigue siendo substancialmente lo mismo, sólo que ahora a través de una experiencia que originalmente tuvo San Ignacio de Loyola y que podemos compartir por medio de sus Ejercicios.

"Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio" pueden ser una concretización del llamamiento que Cristo te hace a ti en tu vida. No será la única ocasión en que el Señor te invite, pero sí una invitación muy particular para conocerlo y seguirlo en esta etapa en que estás tomando decisiones importantes.



# Así nacieron los Ejercicios

En 1522 un soldado vanidoso y de mala conducta que se llamaba Iñigo López de Loyola tuvo una experiencia de Dios a la que más tarde dio el nombre de Ejercicios Espirituales. Ese soldado, de baja estatura, era un herido de guerra. El año anterior (1521), cuando tenía treinta años, una bala de cañón le había destrozado la pierna derecha y herido la otra.

Iñigo era comandante de una compañía de arcabuceros que defendía la pequeña ciudad de Pamplona ante la fuerza del enemigo francés, que pretendía conquistar Navarra. Los responsables de la defensa se sentían derrotados antes de luchar. Iñigo no quería rendirse sin combatir, aunque perdiera la vida, y así se convirtió en el alma de la defensa. Luchó durante seis días, pero al fin, y casi accidentalmente, lo hicieron caer, al herirlo en las piernas. Con eso se acabó la resistencia.

Un médico militar curó sus heridas y le entablilló la pierna lo mejor que pudo; pero pudo poco y el pobre Iñigo quedó más mal que bien.

A los pocos días tuvo que volver a su casa, que era el castillo de Loyola, en las provincias vascongadas, en el centro de Guipúzcoa. Allí empezó a descubrir el plan de Dios y a enamorarse de Jesucristo. Quería servirlo e imitarlo como le parecía que habían hecho San Francisco de Asís y Santo Domingo, pero a él le faltaba mucha experiencia. Igualmente soñaba en una vida mundana llena de honores y de amores. Se le iban las horas pensando en una gran dama, que era más que Duquesa o Marquesa; quería cortejarla, declarársele y, claro, casarse con ella. La tal señora, a lo que se cree, era una Catalina, hija de Juana la Loca, y por lo tanto, princesa. Pero también perdió esa batalla, porque







el Señor lo hirió en el alma y conquistó plenamente su corazón. En su convalecencia, después de haber leído cuanta novela encontró, que entonces se llamaban libros de caballería, cayó en sus manos un par de libros viejos: uno era un conjunto de vidas de santos, y el otro una vida de Cristo. Nada le impresionó tanto como la persona de Jesús en todos sus aspectos, pero principalmente como pobre y humillado, porque eso era lo que le costaba más trabajo aceptar. El pretendía ser un hombre rico y lleno de honores.

Iñigo no parece haber tenido nunca problemas de fe; era católico por ser vasco; defendía su fe y su patria sin conocerlas mucho. Los problemas de Iñigo eran más interesantes: era su falta de coherencia entre lo que vivía y lo que creía. Su problema era él mismo. Dios no era un problema para él; él era un problema para Dios. Más tarde se va a contemplar a sí mismo como *"una llaga y postema maloliente de donde han salido tantos pecados y ponzoña tan turpísima."* Su problema era su conducta, sobre todo sexual, o quizá más fuerte que el problema sexual, era su orgullo, su soberbia y su ambición de gloria y grandeza. Pero se dejó encontrar por Dios y se decidió a correr el riesgo.

El lisiado de Loyola se fue cojeando a una cueva de Manresa, donde se proponía no tanto hablarle a Dios, sino escucharlo. Y el Señor le hizo sentir que era necesario un tiempo de purificación para no dejarse influenciar por afectos desordenados, por el pecado y todo lo que tuviera relación directa con él; pero esto solamente como un medio para poder hallar la voluntad divina con respecto a su vida en el futuro. Dios le hizo sentir que lo más importante no era ni su conducta, ni su vida, ni su futuro; sino Jesucristo. Solamente quería, olvidándose a sí mismo, crecer siempre en el conocimiento interno del Señor para más amarlo,

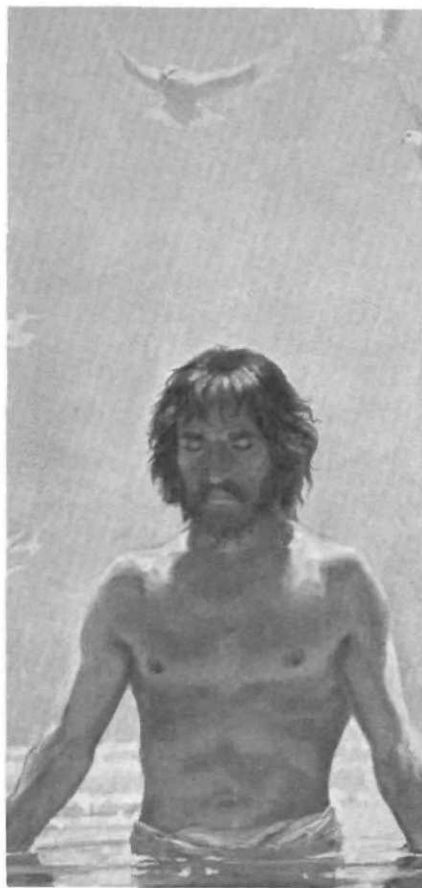


seguirlo y servirlo. Jesucristo se convirtió en el principio, norma y criterio definitivo de su vida. Desde ese momento, Jesucristo vino a ser la opción fundamental de su vida. Allí comprendió Iñigo que Jesucristo sigue presente y activo en el mundo, invitando a todos los hombres a colaborar en su misión liberadora y salvífica, y entablando con ellos una relación personal en el amor y conocimiento mutuo. Al mismo tiempo fue escribiendo algunas notas de su experiencia de Dios, que completó después, y que llamó Ejercicios Espirituales.

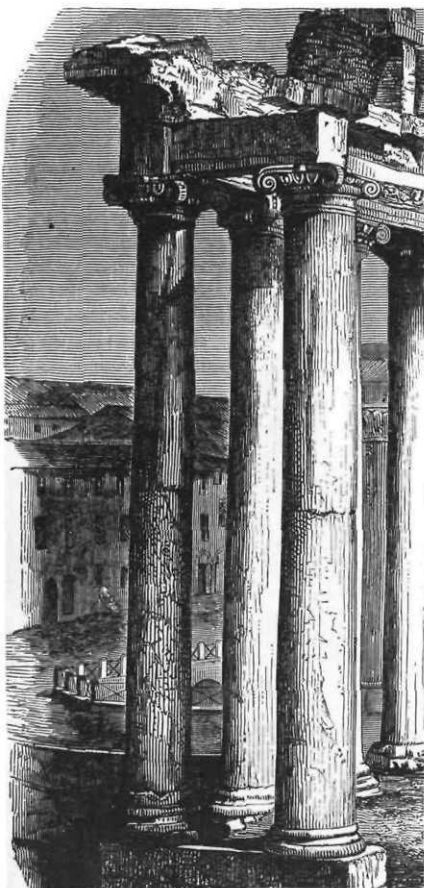
En esa cueva de Manresa quedó enterrado Iñigo López, y gracias a la acción de Dios nació San Ignacio de Loyola. En Manresa dedicó un tiempo a la conversión del corazón, y meditaba en la frustración que trae el pecado y en sus consecuencias, asimismo en el amor de Jesucristo capaz de perdonarlo todo y de cambiar al hombre desde dentro.

El segundo tiempo lo dedicó a la contemplación de la vida, del mensaje y sobre todo de la persona de Jesús; con sólo el deseo de enamorarse profundamente de él, de tal manera que se convirtió en el guía, en el modelo y en el ideal de todas sus acciones. Su relación personal con Cristo iba a inspirar y a medir todas sus otras relaciones y compromisos. Comprendió que amar y servir a Dios significaba amar y servir a Jesucristo con todo su corazón, con toda su alma y con todas sus fuerzas, y de esa misma manera amar y servir a los demás.

En el tercer momento meditó en la pasión y muerte de Jesús, y se sintió profundamente triste. Lloraba como Pedro o como cualquiera de los apóstoles, y le parecía que Dios se había escondido para Cristo y para los hombres. -En momentos de crisis y de dolor fácilmente piensa uno que Dios está ausente-.







Por último, en la cuarta etapa de sus Ejercicios, contempló a Jesús resucitado. Se fue directamente al Evangelio para encontrarlo como lo describen los evangelistas, y hasta añadió algunas apariciones que pertenecían a la tradición; como la aparición a la Virgen María. Le dio gran importancia a esta etapa y no dejó aparición del Señor sin dedicarle un tiempo determinado. Captó desde el principio el valor de la resurrección en la fe y en la vida cristiana.

El mismo Ignacio nos dice que no todo lo que ahora leemos en los Ejercicios lo redactó de una sola vez, sino que algunas cosas que le fueron útiles para su alma, y que podrían ayudar a otros, las fue poniendo por escrito. De las elecciones nos dice especialmente que *"las había sacado de aquella variedad de sentimientos y pensamientos"* que tuvo durante su convalecencia en Loyola.

En Manresa duró casi un año, y de ahí salieron las grandes líneas de lo que serían los Ejercicios. Podemos afirmar, sin lugar a duda, que los Ejercicios, como experiencia personal de Ignacio, pertenecen a este tiempo de silencio, soledad y retiro de Manresa.

En una etapa posterior, en París primero y después en Roma, completó los Ejercicios con una introducción que llamó Principio y Fundamento, y con un epílogo que llamó Contemplación para alcanzar amor. Estas dos partes le parecieron indispensables en el conjunto de los Ejercicios.



Poco a poco fue aprendiendo a leer la voluntad de Dios a través de los signos de los tiempos, de su propia historia y de sus situaciones personales.

Tuvo que estudiar en las mejores universidades: Alcalá, Salamanca y París, para prepararse mejor a servir y seguir a Jesucristo, pero principalmente, para poder servir y ayudar de forma más eficaz a los demás. Y mientras estudiaba, fue reuniendo un grupo de amigos con quienes compartía lo mejor de sí mismo. Su compañero de cuarto se llamaba Francisco, era originario de Xavier, que era un castillo de Navarra. Francisco Xavier era un muchacho ambicioso y tenía un corazón más grande que el mundo. Alguna vez le dijo Ignacio: "*Francisco, ¿de qué te sirve ganar todo el mundo si a tí mismo te pierdes?*"

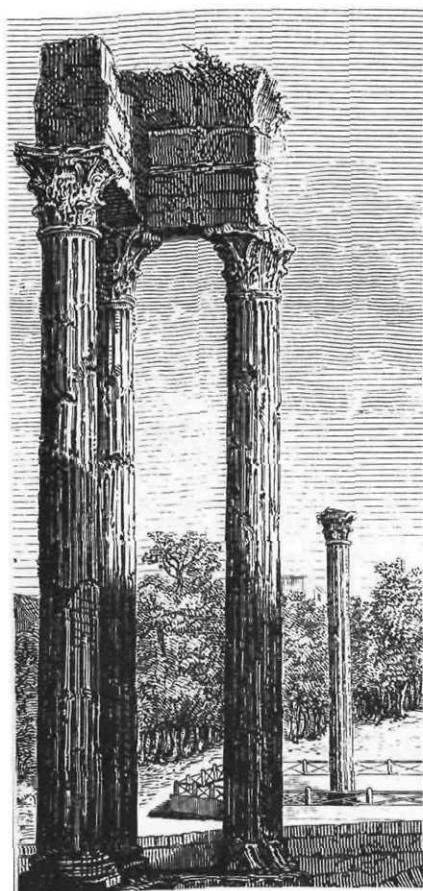
Francisco, ayudado con la experiencia de los Ejercicios de su amigo Ignacio, decidió ganarse a sí mismo y al mundo para Cristo. Fue uno de los primeros misioneros de la India y el Japón.

Para todos los compañeros de Ignacio, hacer los Ejercicios resultó la experiencia decisiva. Así se formó un grupo de amigos que se unían a San Ignacio por amor a Jesucristo: y por eso se llamaron Compañía de Jesús, y no compañeros de Ignacio.

Ignacio y sus compañeros no querían distinguirse por un hábito o forma de vida comunitaria o monacal, o por el ejercicio de alguna virtud, como la penitencia o la pobreza. Deseaban distinguirse en la obediencia, porque les parecía la mejor forma de servir y seguir a Jesucristo. En 1553 decidieron formar una orden religiosa que, poniéndose a las órdenes del Romano Pontífice, es-







taría siempre dispuesta a servir y seguir a Jesucristo por dondequiera que el Papa los enviara.

San Ignacio pensó en la Compañía como una "*caballería ligera*", dispuesta a servir y dar la vida en la Iglesia jerárquica, entonces con más limitaciones y deficiencias que ahora. Quiso que los más cualificados de sus compañeros se señalaran por un cuarto voto de obediencia al Romano Pontífice.

La autoridad suprema no sería Ignacio, ni ninguno de sus compañeros, sino el Papa, representante de Jesucristo en la tierra.

El libro de los Ejercicios era el libro básico de la espiritualidad de los primeros compañeros de Ignacio. Todos los habían practicado y casi todos dedicaban buena parte de su tiempo a darlos a las personas que querían hacerlos. Los Ejercicios encierran el documento más auténtico y profundo de lo que pasaba en el corazón de Ignacio y, también, de la espiritualidad de la Compañía de Jesús.

El Padre Ignacio pidió a un joven sacerdote de nombre Andrés Frusio que tradujera al latín el libro de los Ejercicios y él lo corrigió personalmente. Luego lo presentó a la Santa Sede para que fuera aprobado por su Santidad. Paulo III lo aprobó el 31 de Julio de 1548 (Breve Pontificio "*Pastoralis Officii*", La obligación de nuestro oficio pastoral).

San Ignacio hizo imprimir el libro de los Ejercicios que reunía sus experiencias espirituales de Loyola, Manresa, París y Roma, y a pesar de los trabajos que le imponía la responsabilidad de ser el superior General de la nueva orden y de redactar las Constituciones, no dejó de dar Ejercicios. Conservó para su uso un ejem-



plar de la traducción latina de Frusio, considerada como la oficial, y ya no hizo ninguna corrección ni añadidura.

Pablo III aceptó que él y sus sucesores serían la autoridad suprema de esa *"mínima Compañía de Jesús"*, que se dedicaba al trabajo apostólico. Todos los compañeros de Ignacio sabían que como el Padre había enviado a Cristo, así Cristo los enviaba a ellos, bajo el signo de su bandera. La gente fue llamando Jesuitas a los que pertenecían a la Compañía de Jesús, y todos ellos añaden una ese y una jota (S.J.) a sus propios nombres para significar que pertenecen a dicha Compañía.

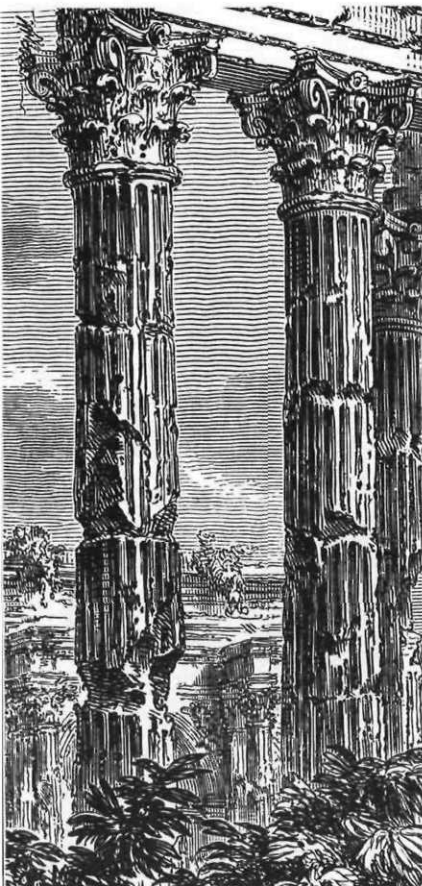
Los Ejercicios siguen siendo el medio principal por el que Cristo sigue llamando a los jóvenes a seguirlo en esta "mínima Compañía"; y sólo Dios sabe cuántos santos y cuántos hombres han hecho de Jesucristo su "opción fundamental" gracias a los Ejercicios.

**"¿De qué te sirve ganar el mundo entero si a tí mismo te pierdes?" (Mt 16,26).**





## Orientaciones generales



### 1.- ¿Qué son los Ejercicios? (Ej. 1)

Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio son un encuentro con Dios revelado en Jesucristo, y al mismo tiempo un encuentro con uno mismo.

Este encuentro se logra por medio de un conjunto de reflexiones sobre el Evangelio y la propia vida. Podemos decir también que los Ejercicios son una serie de meditaciones sobre la Historia de la Salvación y nuestra propia historia; consisten en un conjunto dinámico y ascendente de meditaciones y otras actividades espirituales que ayudan a ser más conscientes, responsables y libres ante la vida.

Como correr es un ejercicio físico, así orar es un ejercicio espiritual; esta experiencia depende mucho de la acción de Dios en tu corazón y de tu empeño y trabajo personal.

### 2.- ¿Para qué son los Ejercicios? (Ej. 1)

Los Ejercicios son para orientar la vida. Ofrecen puntos claros de referencia para ubicarnos a nosotros mismos. Podemos decir que los Ejercicios son para tomar decisiones importantes que determinen la vida hacia el futuro.

Los Ejercicios llevan a las personas a valorar su propia vida y la de los demás y ayudan a descubrir el vínculo que nos une con Dios y entre nosotros, y también lo que nos separa.

Los Ejercicios conducen a un plan y proyecto de vida personal. Ofrecen una ocasión para responder a las siguientes preguntas:



- ¿Qué has hecho de tí?
- ¿Qué quieres hacer de tí?
- ¿Qué quieres hacer en tu vida?
- ¿Qué te gustaría hacer por Cristo?

Ayudan mucho a buscar, hallar y cumplir la voluntad de Dios, y a encontrar a Jesucristo en todas las cosas, en todo momento y en las circunstancias por las que vamos pasando.

Los Ejercicios son para hacer nuestras opciones de vida, o para confirmarnos en ellas cuando ya las hemos hecho.

### 3.- ¿Cómo se hacen? (Ej. 2,3,4)

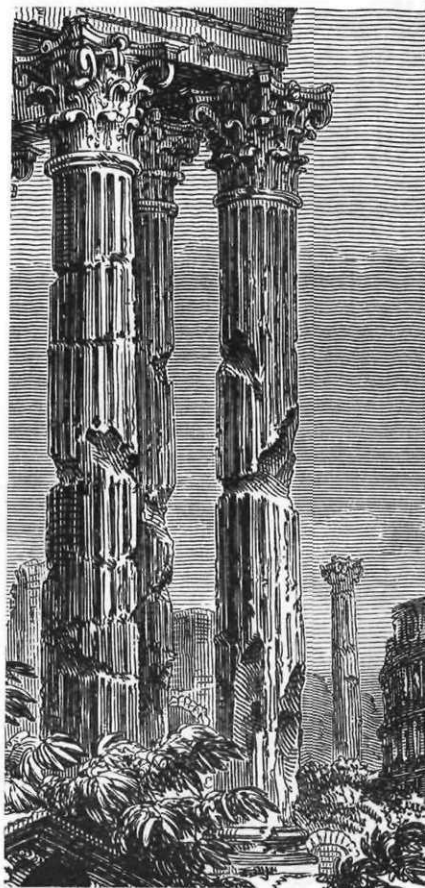
A base de trabajo personal en la oración bajo la acción del Espíritu.

-Orar y meditar es, por una parte, un trabajo del Espíritu Santo en nosotros, un don que hay que pedir. Es también una destreza que hay que adquirir practicándola: orando se aprende a orar.

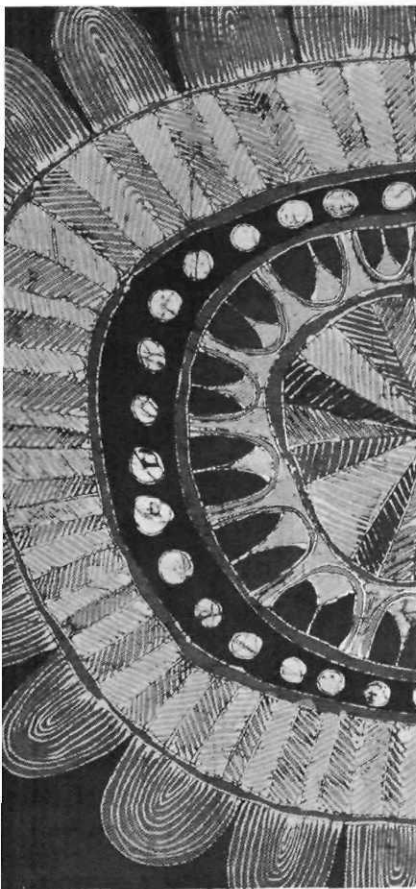
-En Ejercicios se utilizan dos métodos de oración principalmente:

\*Oración reflexiva: sobre ideas y verdades del mensaje revelado.

\*Oración contemplativa: sobre acontecimientos, sucesos, acciones narradas en la Biblia y a través de las cuales Dios nos da un mensaje.







Todo este trabajo se realiza con un guía experimentado en este proceso, y teniendo presente que no es el saber muchas cosas lo que satisface y orienta, sino el gustarlas en profundidad (Ej. 2).

Los Ejercicios pueden aumentar mucho, y de forma muy vivencial, tus conocimientos pero no deben tomarse como un curso, sino como una experiencia de vida.

#### **4.- ¿Qué se pide al ejercitante? (Ej. 5)**

##### **Actitudes Generales:**

- *Una actitud básica de generosidad y ánimo para la entrega.*
- Responsabilidad para realizar con esmero cada actividad y seguir las orientaciones para cada una de ellas.
- Confianza, paz, y esperanza puestas en el Señor.
- Silencio interior: dejar toda preocupación de asuntos extraños que distraigan y dividan la atención.
- Silencio exterior: consecuente con lo anterior, evitar toda comunicación con los demás. Dificulta la concentración y produce interferencias.

#### **5.- Tácticas particulares (Ej. 6)**

- No preocuparse por querer saber lo que seguirá en la siguiente etapa de Ejercicios, o después.
- No acortar el tiempo de la meditación sin causa justa.
- Cuando sienta deseos de acortarla, alargarla un poco más.
- *Cuando se experimenta un apego no justificable por algo, inclinarse a lo contrario. Las luchas se ganan no sólo resistiendo, sino atacando.*



-Evaluar y confrontar pensamientos, reacciones, estados de ánimo, resoluciones... para poder ser ayudado con efectividad.

-Mantener una actitud constante de libertad interior y apertura al Espíritu de Cristo.

-Comunicarse con el director. No sólo porque tratándose de los propios asuntos espirituales uno suele ser poco avisado y mal juez, sino también para que el director ofrezca los temas de meditación en relación directa con los que hacen los Ejercicios.

#### **6.- Evaluar si me fue bien o mal y por qué**

-¿Evité las prisas?

-¿Me detuve con calma en lo que encontraba sustancioso?

-¿Qué fue lo principal que saqué?

-¿Qué, lo que me produjo consolación? Anotarlo...

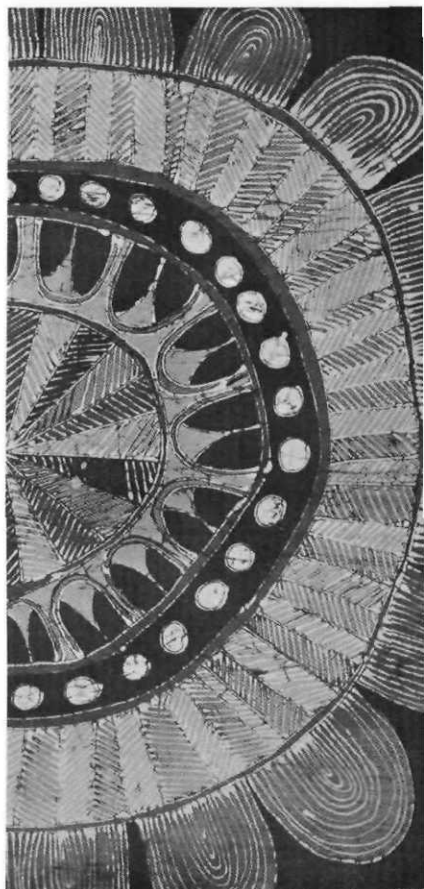
#### **7.- El fruto que se espera de los Ejercicios**

\*Los Ejercicios nos han de llevar a un conocimiento más profundo de nosotros mismos,

\*y a un conocimiento cada vez más claro de la tarea que debemos desempeñar en el mundo.

\*Deben dejar bien definida una dirección y un objetivo en la vida espiritual.

\*Jesús de Nazaret, como lo encontramos en el Evangelio, ha de ser el centro de la fe, el amor, la confianza y la entrega a El en nuestros hermanos.







\*La opción por El y por seguirlo más de cerca determinará la vida en adelante.

\*La decisión apostólica y la atención a los más necesitados son formas en que necesariamente desembocará el deseo de hacer algo por el Señor.

\*El deseo de conocerlo cada vez más será el objetivo de nuestra oración, nuestro estudio y nuestras experiencias. Vivir a fondo nuestra propia vida nos ayudará mucho a conocer mejor a Jesucristo.

N.B. Los Ejercicios no son para hacer buenos propósitos, más bien son para crear actitudes que se reflejen en todo lo que hagamos en el futuro; sin embargo, algunas determinaciones particulares pueden ser los medios para mantener las actitudes. La reforma de vida puede ser la forma práctica de llevar a cabo la orientación de los Ejercicios (Ej. 189, 343).

Todas las personas son capaces de dar algo más de lo que otros pueden esperar. Todos pueden, haciendo un pequeño esfuerzo, crecer un poco más y ser mejores. Nadie ha cristalizado totalmente en su forma de ser. A veces nos parece que Dios, la vida o las circunstancias nos piden algo que ya no somos capaces de dar. En ese caso habría que orar como San Agustín: "*Señor, pídemelo lo que quieras, con tal de que me des tu gracia para poderte dar lo que me pidas*".



Los Ejercicios constan de un contenido y de un método. Uno y otro han surgido de la experiencia directa de San Ignacio, de tal manera que podría decirse que quien hace los Ejercicios vive a su vez y desde su historia la experiencia del santo.

El director ha de ir adaptando el método según las personas que practican los Ejercicios; y ha de ir proponiendo el contenido de acuerdo a sus disposiciones, a sus capacidades y al ritmo con que pueden ir realizando los Ejercicios.

El contenido es la Historia de la Salvación en sus momentos más importantes, y también la propia historia, en sus momentos más importantes.

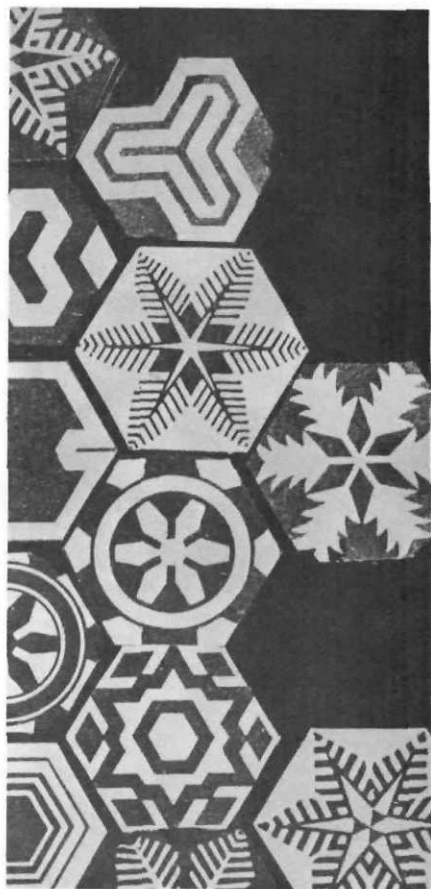
## Principio y fundamento.

Los Ejercicios comienzan con una introducción que se llama Principio y Fundamento. Es el plan de Dios sobre el hombre, el mundo y la historia. Es la respuesta de Dios a la pregunta del hombre sobre el sentido y significado de su propia realidad en un mundo concreto y condicionado.

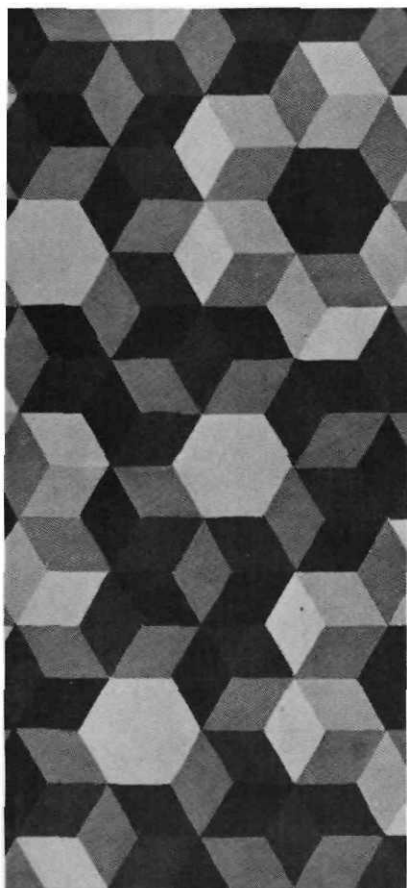
Exige capacidad de captar valores trascendentes.

## Primera Etapa

En la primera etapa se propone la meditación sobre las respuestas que ha dado el hombre a Dios. Se medita en el fracaso y







en la salvación de la historia propia. Tiene como fin invitarnos una vez más a volver al Señor, a cambiar, a convertirnos.

Exige haber vivido.

### **Segunda Etapa**

*Se medita en el llamamiento de Cristo para que colaboremos en la misión de liberar y salvar al mundo.*

Contemplamos la vida de Cristo y la propia vida para comprometernos en el conocimiento, el amor y el seguimiento y el servicio a Jesucristo en los demás.

Exige, no tanto la fe del hombre en Dios, sino la fe de Dios en el hombre.

Exige ojos para ver,  
oídos para oír,  
corazón para amar.  
Exige creer en Jesucristo,  
y capacidad de tomar una opción definitiva  
para seguirlo y amarlo siempre.

### **Tercera Etapa**

En esta etapa habrá que profundizar en el sentido y significado de la pasión y muerte de Jesucristo, como extremo de la capacidad de destruir y matar del hombre. Y en Jesucristo, que se entrega al Padre y a los hombres en actitud de fe, confianza y amor, y se convierte en nuestra salvación.

Exige haber sufrido.



## **Cuarta Etapa**

Está constituída por la contemplación de Jesucristo resucitado como palabra última de Dios sobre Jesús, sobre el mundo y sobre tí.

Exige haber amado.

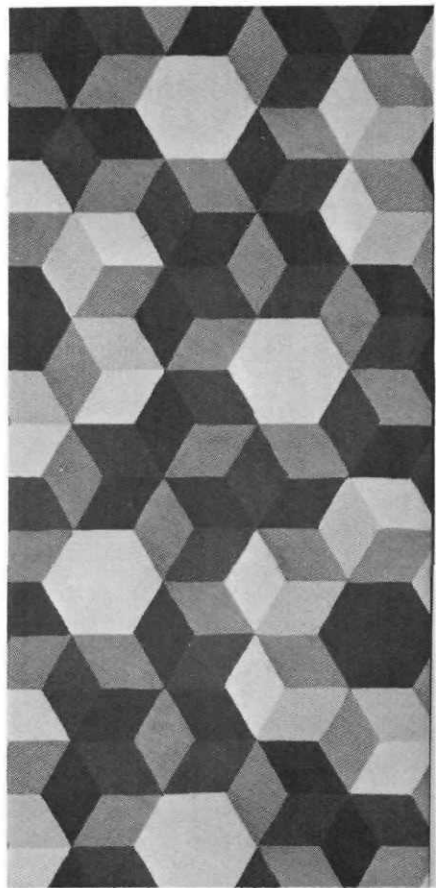
## **Epílogo**

Los Ejercicios terminan con un epílogo: la contemplación para encontrar y amar a Jesucristo en la vida diaria. Se trata de ver e interpretar la vida, la historia y el mundo a la luz de la resurrección, y a Jesucristo presente y activo en todo.

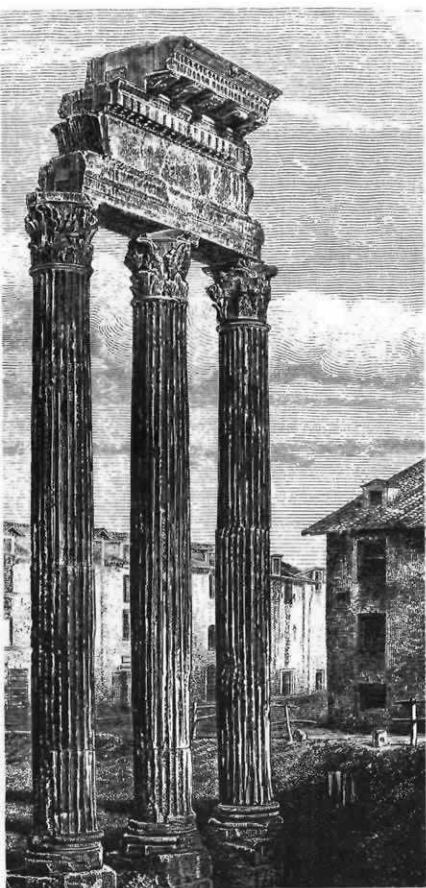
Exige estar enamorado.

Por lo menos capacidad de recibir, dar e interpretar los signos del amor.

Exige ojos para ver,  
y la intuición del corazón para interpretar y vivir.







La oración es la respuesta del hombre a la maravillosa sorpresa de vivir. Es lo que podemos ofrecer a cambio de la vida; la gratitud es lo que hace grande al alma. La oración es también la experiencia de un hueco en la vida que sólo Dios puede llenar. La oración forma parte de una vida auténtica de fe, confianza y amor. Para que la oración sea algo vivo, el hombre debe vivir en la oración. Su oración debe ser la expresión más normal de su vida.

Jesús oraba frecuentemente y enseñó que:

1) Orar es entrar en comunión con Dios, oyendo lo que nos dice y diciéndole lo que necesitamos. La oración exige confianza en Dios. (Mc 1,35; Mt 26,39.42.44)

2) Hay que orar en lo secreto y sin muchas palabras. Se ora más con los sentimientos y deseos que con las palabras. (Mt 6,5-13)

3) Hay que orar frecuentemente y sin desanimarse. (Lc 18,1-8; 5,15-16)

4) Hay que confiar en Dios como en un magnífico papá, que sabe lo que necesitamos antes de que nosotros lo expresemos. (Mt 6,25-34; 21,22)

5) También nos enseñó a pedir por los demás, porque son nuestros hermanos. Y que perdonemos para merecer que Dios nos perdone. Para seguir a Jesús es necesario orar como él oraba. (Mt 7,7-8; 18,19-20; Jn 16,23.26)



¿Qué significa para los hombres Jesucristo?

¿Qué significa para tí?

¿Ilumina u oscurece tu vida?

¿Estas por él o contra él?

¿Crees amarlo?

¿Sabes cómo amarlo?

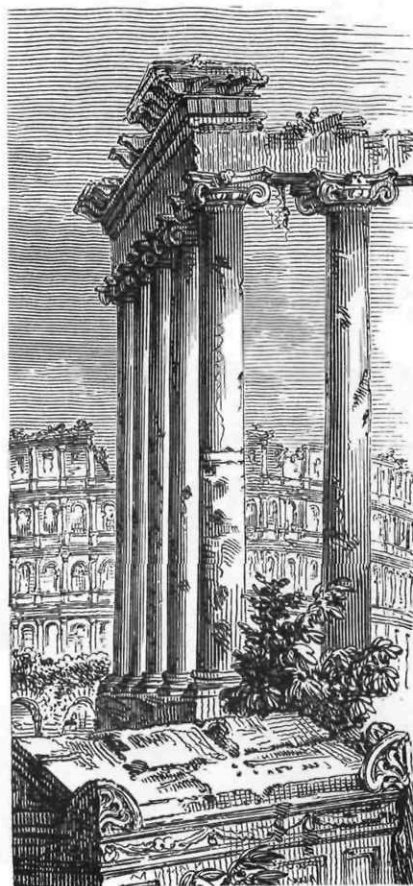
¿Estarías dispuesto a darle algo si te lo pidiera?

¿Crees realmente que le importas mucho a Jesucristo?

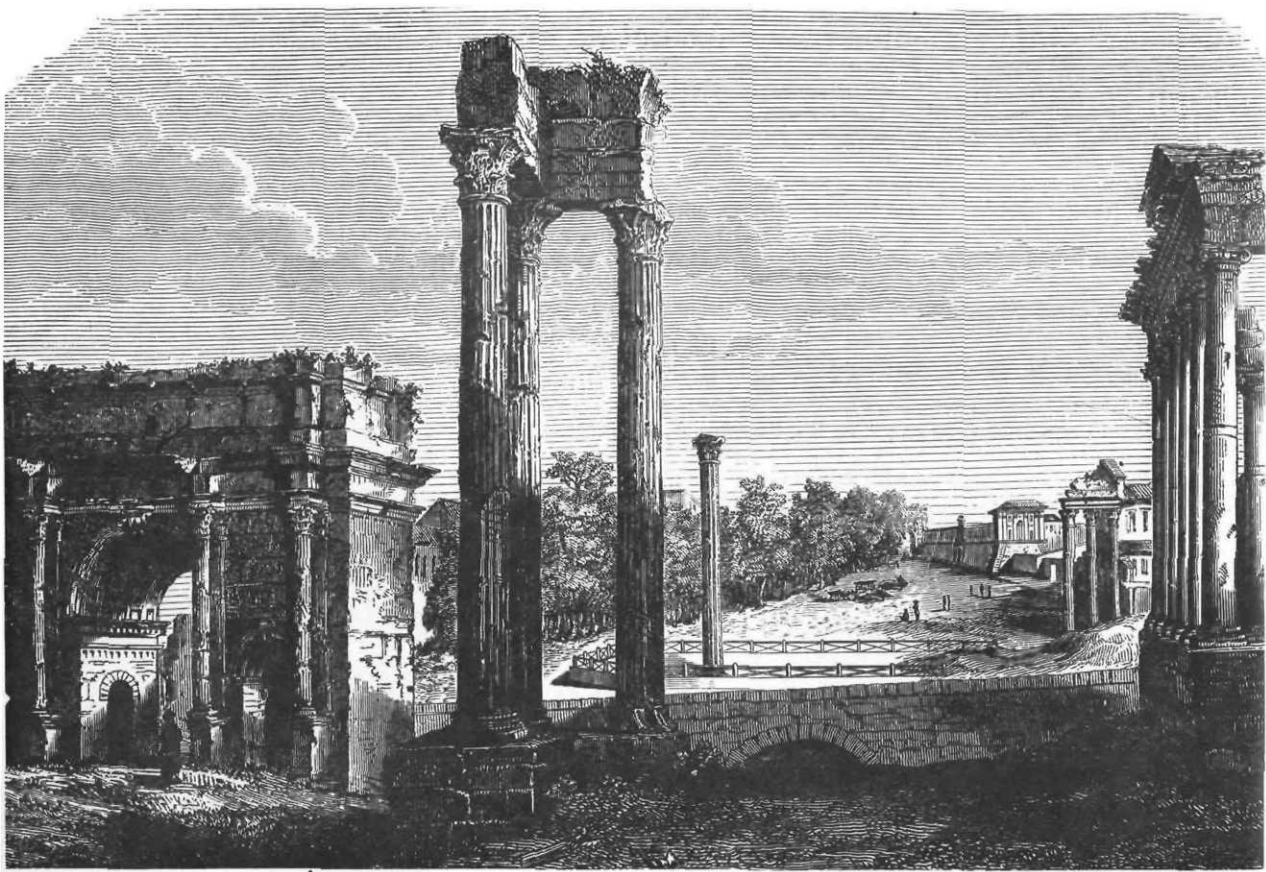
Los Ejercicios son para ver claro el camino de la vida.

Están encaminados a una **ELECCION.**

Se elige a Jesucristo en una forma particular de seguimiento. Vale la pena detenerte una vez en tu carrera para encontrar el sentido de tu vida.









## De una carta de Ignacio

San Ignacio no era muy dado a ponderar sus propias experiencias, sin embargo, tratándose de los Ejercicios y del fruto que de ellos se puede esperar, le pareció indispensable que todos y cada uno de los que entraban a la Compañía los hiciera y acudiera a ellos como a la fragua donde había de templarse su acero.

A un padre, que se siente desanimado, le dice:

*"Dos y tres y otras cuantas veces os pido, por servicio de Dios Nuestro Señor, lo que hasta aquí os tengo dicho: que hagáis los Ejercicios, porque a lo postre no me diga su divina Majestad, por qué no os lo pido con todas mis fuerzas, siendo todo lo mejor que yo en esta vida puedo pensar, sentir y entender; así para el hombre poderse ayudar a si mismo como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a muchos otros".*

(Obras completas, 2a. edición, Carta al P. Manuel Miona, p 630-31).









Guadalajara, Jal. México









¿dónde estás?



EL HOMBRE, ADAN  
ESCONDIDO EN EL MUNDO

Portada  
Catedral de Chartres  
Siglo XIII  
detalle del pórtico norte.

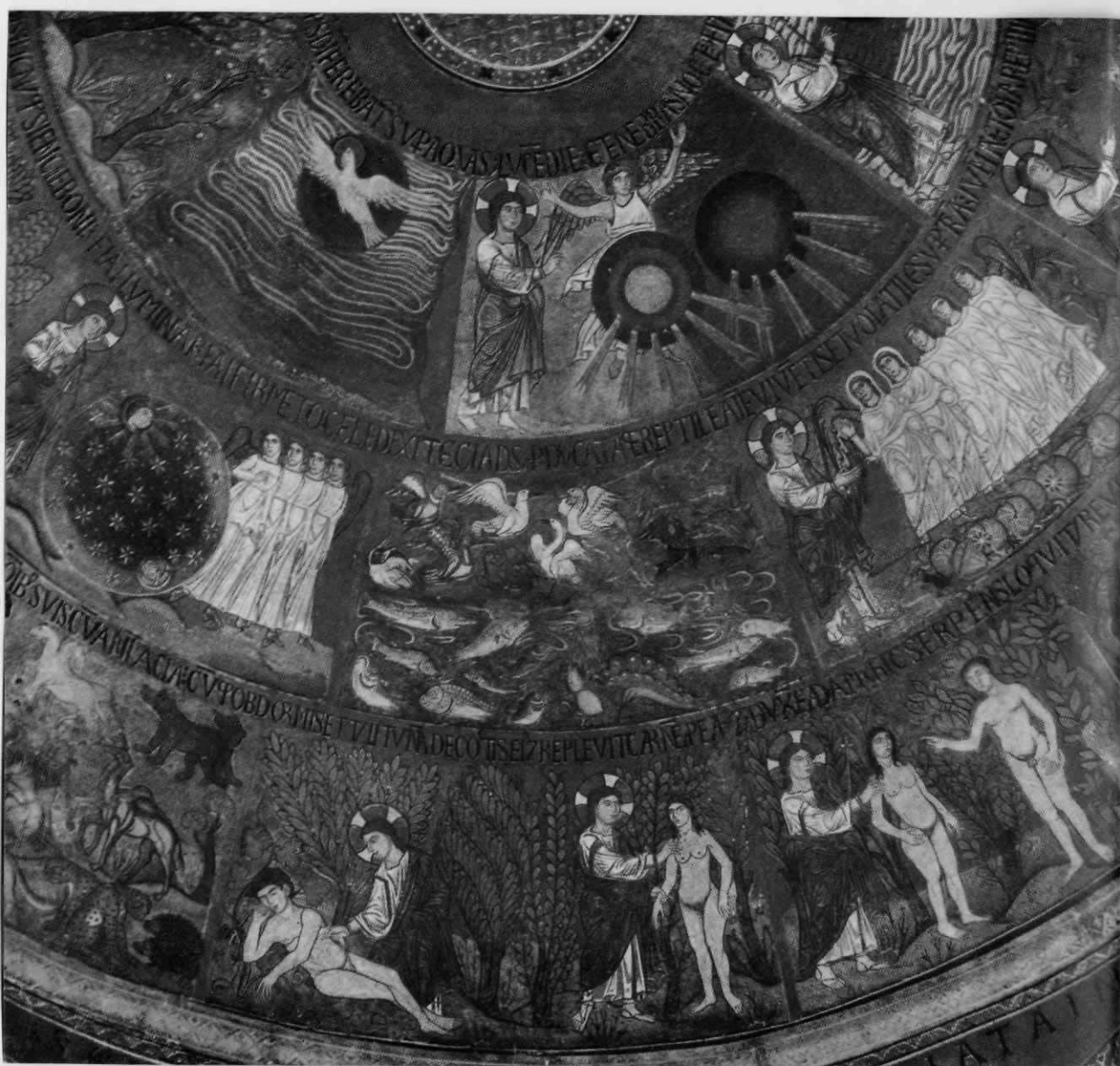


juan manuel garcía de alba s.j.

principio y fundamento  
introducción  
a los ejercicios espirituales  
de san ignacio

¿dónde estás?







San Ignacio antepuso a sus Ejercicios una introducción que llamó "Principio y Fundamento".

El nombre expresa la importancia que le dio.

El Principio y Fundamento son consideraciones básicas no sólo para la práctica de los Ejercicios, sino para la vida cristiana, más aún, podemos decir que son las verdades vertebrales que sustentan la vida humana. El Principio y Fundamento pone a la persona ante el *plan de Dios*. Ofrece una forma de verse a sí mismo, de ver el mundo y todas las cosas con los ojos, los sentimientos y los deseos de Dios. Con esa perspectiva se trata de tomar conciencia de nuestro fin último de manera que norme y regule todas las demás opciones.

Este folleto pretende ayudarte a reflexionar, y vivir tu vida de forma que se encuentre cimentada sobre roca firme, sobre Jesús de Nazaret presente y activo en tu vida.

Aquí podrás hallar la respuesta que ofrece la fe cristiana a las preguntas fundamentales de la vida de los hombres.







Tendrás la satisfacción de haber encontrado en tu vida una respuesta que sea la tuya, personal y única.

Cada uno ha de saber en quién pone su fe, su confianza y su amor, hacia dónde encamina sus actos y cuál es la dirección de su vida.

San Ignacio redactó el Principio y Fundamento cuando ya tenía prácticamente elaborado el conjunto de los Ejercicios. No lo presenta como una meditación, sino como un conjunto de ideas que conviene considerar antes de entrar a las cuatro etapas de los Ejercicios. Presenta germinalmente el fruto que se ha de sacar de esa experiencia.

Aunque en el texto no aparece el nombre de Jesús, el Principio y Fundamento tiene sentido cristocéntrico y está vinculado con el resto de los Ejercicios.

El Principio y Fundamento sólo puede ser una reflexión cristiana cuando se hace a la luz de Cristo y su mensaje.



- + El hombre es creado
  - + Para alabar, hacer reverencia y servir a Dios  
Nuestro Señor,
  - + Y mediante esto salvar su alma:
- + Y las otras cosas sobre la haz de la tierra son creadas  
para el hombre,
- + Y para que le ayuden a conseguir el fin para que ha sido  
creado.
- + De donde se sigue, que el hombre tanto ha de usar  
de las cosas, cuanto le ayuden para su fin,
- + Y tanto debe apartarse de ellas, cuanto se lo impidan.
- + Por lo cual es necesario hacernos indiferentes, a  
todas las cosas creadas, en todo lo que está  
concedido a la libertad de nuestra elección y no está  
prohibido;
- + De tal manera que no queramos, de nuestra parte,
  - + Mas salud que enfermedad,
  - + Riqueza que pobreza,
  - + Honor que deshonor,
  - + Vida larga que corta,
  - + Y por consiguiente en todo lo demás,
- + Solamente deseando y eligiendo, lo que más nos  
conduce al fin para el que hemos sido creados.

(Ej. n. 23).







### • EL HOMBRE ES CREADO:

La creación la podemos entender no sólo como un acontecimiento terminado sino como un principio y un proceso en el que Dios ha querido encontrarse comprometido hasta llevarlo a la plenitud en la comunión de vida con él (Gn 1,3s; Jn 1,1-13).

- Desde el principio la Palabra era la expresión de Dios,
- y su Palabra era Jesucristo.
- Por medio de él Dios hizo todas las cosas.
- El existía con anterioridad a todo
- y todo fue creado por él.
- Nada de cuanto existe le es ajeno.
- El era el principio y la fuente de la vida.

En la naturaleza todo apunta en dirección al hombre. La materia está como preparada para la vida; la vida para la conciencia, para la libertad, la responsabilidad y la entrega.

El hombre como punto culminante de la creación está referido a Dios desde el principio y en todo su proceso de desarrollo existencial. El Dios de la naturaleza y de todas las cosas es un Dios de poca importancia si no es el Dios de la persona y de la unidad de todos los hombres.

El Nuevo Testamento añade al mensaje del Génesis, que el hombre ha sido

- creado por Cristo,
- para Cristo,
- y conforme a Jesucristo.

En la creación Dios se da por su Palabra y su capacidad de expresarse en términos humanos, que es Jesucristo.



El es la Palabra de Dios y el hombre es el eco de su palabra.

El valor del hombre consiste en ser objeto del pensamiento de Dios que, desde antes de la creación, lo ha vinculado a Jesucristo.

El hombre es la solicitud, el cuidado y la preocupación histórica de Dios.

El plan de Dios sobre el hombre no es algo ajeno a la realidad, no es un destino fatal, ni está desligado de las decisiones y responsabilidades de los hombres. La historia es lo que resulta del plan de Dios y de las decisiones de los hombre.

La Historia de la Salvación no es la búsqueda de Dios por parte del hombre, sino más bien, la búsqueda del hombre por parte de Dios. La historia de tu salvación es que Dios te anda buscando.

#### • PARA ALABAR, HACER REVERENCIA Y SERVIR A DIOS NUESTRO SEÑOR.

- El fin del hombre y su más plena realización consiste en amar a Dios con todo el corazón, con todas las fuerzas, con toda la mente y con toda el alma,

y de la misma manera amar a sus hermanos (Mc. 12, 29-31).

San Pablo usaría una expresión más cristocéntrica, diría lo que dijo en la carta a los romanos:

El fin del hombre consiste en "reproducir la imagen de Jesucristo" (Rm. 8, 29).

Desde el principio el hombre, "el primer Adán", ha sido creado a imagen y semejanza de Jesucristo, el "segundo Adán" (1 Co. 15, 22 y 49). El es auténticamente "la imagen de Dios invisible" (Col 1, 15, 1 Co. 15, 49); y los hombres lo son en cuanto están referidos







esencial y existencialmente a Jesucristo. Adán era solamente la figura o sombra del que había de venir (Rm. 5, 14, 1 Co. 15, 45).

El hombre ha sido hecho a imagen y semejanza de Dios aun en la carne, es decir, en su condición de debilidad. En Jesucristo es Dios el ejemplo de humanidad, no el hombre. Es el hombre el que ha de llegar a ser como Jesucristo y no Jesucristo como el hombre. Jesús es el modelo del hombre. No ha venido El a hacerse un hombre como nosotros sino nosotros debemos llegar a ser hombres como El.

El ser cristiano trae consigo una forma particular de ver, pensar y valorar al hombre a los demás y al mundo; y todavía una forma más particular de vivir, y de creer en Jesucristo.

Servir a Dios significa servir a Jesucristo, y servir a Jesucristo es servir a los demás. Sólo en el servicio a los demás se puede llegar a reproducir la imagen de Jesucristo.

El fin del hombre es "reproducir la imagen de Jesucristo" (Rm. 8, 29), sirviendo a los demás.

Reproducir la imagen de Jesucristo no consiste en cosas externas, sino en tener los mismos sentimientos que tuvo Cristo (Fip. 2, 1-5). En aprender de El que es amable y humilde de corazón (Mt 11, 29).

El fin del hombre no es la respuesta abstracta a una cuestión teórica; se concretiza en la vocación de cada persona. La vocación personal es la forma concreta que tiene el hombre para cumplir el fin para el que fue creado.

#### • Y MEDIANTE ESTO:

Para el cristiano solamente hay un camino para ir a Dios y es siguiendo a Jesucristo. El es la única puerta de acceso al Padre.



Nosotros debemos caminar por donde él caminó. Son sus huellas el camino y nada más. Cada quien tiene que ir haciendo su propio camino. Nadie puede disculparse de no avanzar. La vida es un camino continuo y único que es Jesús (Jn 14,6).

#### • SALVAR EL ALMA.

Se trata del sentido trascendente que tiene toda acción humana; el hombre, en su limitación, está remitido a su realización eterna. La salvación del alma se refiere al sentido y a los valores más importantes del hombre entero. No hay salvación del hombre si no se salva el hombre entero. La salvación del hombre consiste en reproducir la imagen de Jesucristo en esta vida y en la eterna. Es la participación de la gloria de Jesucristo resucitado.

El destino terreno del hombre no es vivir por vivir, trabajar, amar, reproducirse o dominar el mundo (Gn 1,26 y 28; 2,15), es compartir, con-vivir, su propia vida con la de Dios y caminar juntos. La vocación y destino del hombre es un llamamiento continuo y siempre nuevo a la comunión con los demás hombres y con Dios.

#### • Y TODAS LAS COSAS SOBRE EL HAZ DE LA TIERRA SON CREADAS PARA EL HOMBRE.

El hombre no está solo en su diálogo con Dios; está rodeado de un mundo de cosas y personas. El hombre, con su canto, hace suyo, participa e interpreta el himno de todo el universo. Solamente puede llegar a Dios a través del mundo, porque es parte del mundo, porque vive en él, porque de él dependen situaciones concretas. El hace la historia.

Aunque el hombre se sirva y sea servido de personas y cosas, su destino es ser más un compañero y un amigo que un "señor".







Llega a su señorío por el amor y el servicio, como Jesús. Su señorío no está en delimitar lo suyo de lo ajeno, sino en compartir.

**• Y PARA QUE LE AYUDEN A ALCANZAR EN FIN PARA EL QUE HA SIDO CREADO.**

El sentido de todas las cosas y personas, y el tuyo, es "ayudar". Nada hay más noble que ayudar a los hombres a ser "hombres"...y a vivir como hombres...; a reproducir la imagen de Jesucristo en un mundo más justo, más solidario, más libre, más unido, más conforme a Jesucristo. Las cosas son para el hombre, para que le ayuden a reproducir la imagen de Jesucristo; en la forma de adquirirlas, poseerlas, administrarlas, entregarlas; en la forma de servir y ser servido.

Con su elección, el hombre les da un sentido nuevo a todas las cosas; y ese sentido debe ser una proyección del propio hombre: reproducir la imagen de Jesucristo. Esta vocación no se reduce a un llamamiento personal, es también una vocación social no sólo por la proyección de la persona, sino como vocación y sentido último de la sociedad.

**• DE DONDE SE SIGUE QUE EL HOMBRE TANTO HA DE USAR LAS COSAS CUANTO LE AYUDEN PARA SU FIN; Y TANTO DEBE APARTARSE DE ELLAS CUANTO SE LO IMPIDAN.**

Ante tantas personas y cosas, condicionamientos y situaciones, se impone una actitud de análisis, de valoración, de discernimiento. Es necesario distinguir y valorar para elegir. Esta elección supone y exige una norma, que llamamos el "tanto cuanto". El hombre debe elegir y amar las cosas tanto cuanto le ayuden a reproducir la imagen de Jesucristo. Todas las cosas y personas,



las circunstancias y condicionamientos son dones y momentos irrepetibles de comunicación con el Señor; pero algunos pueden ayudar y expresar mejor que otros su razón de "medio" para el hombre -¿Qué es lo que más te ayuda a tí?-.

La norma del tanto cuanto expresa más una elección que una renuncia: el hombre debe proceder más por amor que por temor. Aunque sea "señor", no es señor absoluto e independiente; no tiene a su mano el dominio absoluto de la creación, ni lo engrandece el disponer de las cosas arbitrariamente o contra su propio destino.

En todas las cosas y circunstancias de la vida está Jesucristo que espera nuestra respuesta con gran ilusión. Entabla con el hombre un diálogo en la acción y no sólo en la aceptación de la fe.

Lo maravilloso de todas las cosas es que son un camino, una escalera o una puerta en nuestro encuentro con el Señor. El hombre necesita de los demás y del mundo para progresar en su comunión con Jesucristo. Y el secreto que todos esconden es el ser irrepetible para ese encuentro.

#### • POR LO CUAL ES NECESARIO HACERNOS INDIFERENTES.

La indiferencia es la liberación interior, no es una virtud o una cualidad en sí misma, todo su valor está en la elección que le sigue.

La indiferencia es una distancia de las cosas, que nos permite apreciarlas y elegir las a la luz de Jesucristo. Es la máxima libertad para el máximo compromiso. Por lo tanto, es necesario hacernos indiferentes; la indiferencia se conquista, como la libertad.







Se pretende quitar toda esclavitud y toda afición desordenada para no dejarnos llevar por instintos, pasiones y gustos, que no estén dentro de nuestro fin. No se trata de una mutilación, o de hacernos insensibles a los valores que nos rodean; todo lo contrario. La indiferencia es para elegirlos y realizarlos en orden a una meta, es ser sinceros y coherentes con nosotros mismos y con todo lo demás en orden a un destino.

- **INDIFERENTES A TODAS LAS COSAS CREADAS, EN TODO LO QUE ESTA CONCEDIDO A LA LIBERTAD DE NUESTRA ELECCION Y NO ESTA PROHIBIDO.**

Lo que es malo en sí mismo o está prohibido no es objeto de elección para aquel que quiere reproducir la imagen de Jesucristo.

El pecado no entra en el plan de Dios. Ni es necesario para el progreso del hombre. Es la ausencia de Dios, es la consecuencia de la limitación y de la libertad del hombre. Es un paso atrás que el hombre puede dar cuando convendría que avanzara.

Por ahora no se pretende reflexionar en eso. Este será uno de los temas de la primera semana de los ejercicios.

- **DE TAL MANERA QUE NO QUERAMOS, DE NUESTRA PARTE, MAS SALUD QUE ENFERMEDAD.**

Como perfección de la vida la salud es don de Jesucristo, que en sí misma es mejor que la enfermedad, y que Jesucristo nos la da para que en actitud serena podamos darle todo su sentido a nuestra existencia ocupándonos y entregándonos a los demás. Solamente el fin supremo: nuestra identificación con Jesucristo, puede anteponerse a nuestra salud.



Nunca podemos causarnos daño y pensar que con eso agradamos a Jesucristo. Esto no quiere decir que el reproducir en nosotros la imagen de Cristo no tenga exigencias inmediatas y frecuentes que pueden dañar la salud.

En la enfermedad, estamos llamados a reproducir la imagen de Jesucristo doliente. La enfermedad es como un carisma: un don personal con una función social; nos une a Jesucristo, en cuanto Redentor y Santificador.

#### • RIQUEZA QUE POBREZA.

Los bienes temporales son una invitación para el hombre, con tal que no se oponga al fin último.

Y la pobreza en sí misma es un mal. La pobreza es objeto de elección en la medida en que nos ayude a reproducir la imagen de Jesucristo.

La riqueza, poseída en actitud de egoísmo, mal adquirida, desproporcionada con respecto a los desheredados, no puede ayudarnos a reproducir la imagen de Jesucristo y es objeto obligado de renuncia. "La tierra es del Señor", y todo lo que en ella hay es un don para todos; el hombre más que un dueño, es un custodio. Preocupándose por los demás actualiza la solicitud de Jesucristo por los más necesitados.

Aquí no se trata de hacer una reflexión teológico-social en torno a la pobreza y a la riqueza y a la injusticia que engendran, sino de estar indiferentes para elegir lo que más nos ayude a seguir a Jesucristo en su entrega y servicio a los demás.

#### • HONOR QUE DESHONOR.

Se trata de no estar apegados a nosotros mismos y a nuestros propios valores, de tal manera que estemos indiferentes para ser







estimados o no estimados por los demás, según nos ayude a ponernos a su servicio y a seguir más de cerca a Jesucristo.

Normalmente es mejor que los demás encuentren en tí muchos motivos para amarte, pero que no te quedes solamente en conquistar su afecto, sino en obtenerlo para ayudarlos más.

#### • VIDA LARGA QUE CORTA.

La vida del hombre es divina, es como el aliento de Jesucristo. El hombre la cuida como lo más propio y, sin embargo, sabe que *no le pertenece. Es más testigo de la vida que autor y señor de ella.* Tanto en la vida como en la muerte, el hombre está llamado a reproducir la imagen de Jesucristo.

Cuando la vida es una respuesta continua al Señor, la muerte es el encuentro absolutamente definitivo con El.

La muerte es la plenitud de la vida como la entrega en la fe, la esperanza y el amor. Nuestro morir debe ser la re-presentación de la muerte del Señor. La vida temporal es solamente semilla, signo y prenda de la vida eterna. El hombre que reproduce la imagen de Jesucristo debe vivir en la actitud radical de obediencia: "Señor, cuando Tú quieras..."

#### • Y POR CONSIGUIENTE, EN TODO LO DEMAS.

San Ignacio pone unos puntos verdaderamente existenciales para ejemplificar hasta donde debe llegar la indiferencia. Nosotros podemos encontrar otros casos concretos en los que el Señor nos haga sentir la necesidad de "hacernos" indiferentes para poderlo seguir.



• **SOLAMENTE DESEANDO Y ELIGIENDO.**

Ahora tenemos la oportunidad de ser cristianos de elección y no sólo de nacimiento. Debemos ser cristianos con toda la fuerza de nuestra afectividad, de forma consciente, responsable y libre. Para otros estaremos locos, seremos incomprensibles. El Señor Jesús ha de determinar nuestra vida, y ha de ser el punto central de nuestras preferencias.

• **LO QUE MAS NOS CONDUCE PARA EL FIN QUE SOMOS CREADOS.**

Este MAS caracterizó a San Ignacio como el hombre ambicioso de la gloria de Dios. Es un más que debe estar lleno de prudencia y de discreción no para limitarlo, sino para hacerlo duradero y eficaz.

En este momento no importa saber exactamente qué es lo que Jesucristo quiere de mí; aquí, lo que importa es la disponibilidad. Ya desde ahora hay que dar un claro SI, o un NO a lo que determine nuestra posición ante Jesucristo. Nuestra opción por El debe ser la opción fundamental de nuestra vida,

La mayor gloria de Dios consiste en el progreso y el desarrollo integral del hombre viviente y la vida del hombre en su unión con Cristo (San Ireneo Adv. Haer. IV, 20, 4s; V, I.I).







**"El Verbo de Dios  
se paseaba con frecuencia en el paraíso  
entreteniéndose con el hombre,  
prefigurando el futuro,  
cuando llegaría a ser su compañero de  
habitación,  
y conversaba y convivía con el,  
enseñándole la santidad."**

**(Sn. Ireneo, Epid. 12).**



"¿Quién habrá más excelente que el hombre?

Nadie. A no ser el Hijo de Dios, a cuya semejanza haciéndose hombre, tomando para sí mismo la antigua configuración que le había dado." (Sn Ireneo, Adv. Haer. IV,33,4).







Es propio del hombre preguntarse por su ubicación. Cuando una persona recupera la conciencia, por ejemplo después del sueño, una de sus primeras preguntas es: ¿dónde estoy? Un animal nunca se pregunta dónde está, simplemente está.

Para saber uno quién es, y a dónde va, es muy importante saber dónde está. En realidad estas preguntas están profundamente vinculadas, y aunque las respuestas son distintas, se relacionan mutuamente.

¿Quién soy?, ¿dónde estoy? y ¿a dónde voy?, son preguntas que exigen una respuesta personal, que implican la fe y las convicciones más profundas de la persona.

Al preguntarse el hombre dónde está se pregunta por su ser y por su relación con todas las cosas. La respuesta contrapone y relaciona mutuamente al sujeto y al universo. Al hablar de sus circunstancias habla también de su ser personal, porque no cabe duda que el hombre está hecho, también, por sus circunstancias. "Yo y mis circunstancias", yo y mis condicionamientos, yo y mis necesidades.

Saber dónde estoy es un paso muy importante para saber a dónde voy.

Conocer y construir el punto de partida es muy importante, y prácticamente necesario, para conocer y construir la meta.

A partir de determinadas situaciones, el hombre saldrá en búsqueda de otras diferentes, que también determinarán su yo concreto.

La fe desempeña un papel muy importante en el planteamiento y en las respuestas a las preguntas sobre el ser y el destino del hombre. Cuando la fe no existe es casi imposible



encontrar una respuesta satisfactoria a la incógnita del hombre. *Cuando la fe se da, la respuesta nace de ella casi espontáneamente, porque la fe es la aceptación de un sentido de la vida.*

¿Dónde estás? Es una pregunta que exige una respuesta que enmarca al hombre no sólo en una situación de lugar y de tiempo. La respuesta a esta pregunta sitúa al hombre en un sistema de coordenadas y en una dimensión que sobrepasa lo espacio-temporal.

## ¿cómo meditar el principio y fundamento?

Puede ayudar:

1. Subrayar lo que te parezca interesante.
2. Detenerte en tu reflexión todo el tiempo que encuentres gusto. Aunque hayas leído todo, no es necesario meditarlo todo; basta retener lo más importante.
3. Conviene volver sobre los puntos que más te interesen.
4. Desarrolla por ti mismo una idea.
5. Toma algunas notas personales.
6. Es importante aplicar estas indicaciones según convenga.



# el “principio y fundamento” de san pablo



Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, que nos ha bendecido con toda clase de dones espirituales, en los cielos, en Cristo; por cuanto nos ha elegido en El antes de la creación del mundo... Según el beneplácito de su voluntad... Con la que nos agradó en el Amado. (Ef. 1,3 y 4).

Dándonos a conocer el misterio de su voluntad, según el benévolo designio que El se propuso de antemano, para realizarlo en la plenitud de los tiempos; hacer que todo tenga a Cristo por cabeza, lo que está en los cielos y lo que está en la tierra. (Ef. 1,9-10).

El es imagen de Dios invisible,  
primogénito de toda la creación,  
porque en El fueron creadas todas las cosas,  
en los cielos y en la tierra,  
las visibles y las invisibles...  
Todo fue creado por El y para El.  
El existe con anterioridad a todo,  
y todo tiene en El su consistencia.  
El es también la cabeza del Cuerpo de la Iglesia:  
El es el Principio,  
el Primogénito de entre los muertos,  
para que sea El el primero en todo,  
pues Dios tuvo a bien hacer residir en El toda la plenitud,  
y reconciliar, (unificar, armonizar y organizar)  
por El todas las cosas... (Col. 1,15-20).

—Y el hombre, bendecido y elegido por el Padre antes de la creación del mundo, ha sido creado...—

Para reproducir la imagen de su Hijo, Jesucristo; hasta ver a Cristo formado en nosotros. (Rm. 8,29). (Ga. 4,19).



Para revestirnos de Jesucristo. (Ga. 3,27).

"Para ser santos e inmaculados en su presencia, en el amor", para ser sus hijos adoptivos por medio de Jesucristo. (Ef. 1,5).

En efecto, hechura suya somos: creados en Cristo Jesús en orden a las buenas obras que de antemano dispuso Dios que practicáramos... (Ef. 2,10; 4,24).

Siendo pues, sinceros en el amor, crezcamos en todo hasta llegar a aquél que es la Cabeza, Cristo... (Ef. 4,15).

Para ser nosotros alabanza de su gloria... (la de Cristo)  
En El, fueron marcados con el Espíritu Santo de la promesa, que es prenda de nuestra herencia, para alabanza de su gloria. (Flp. 1,13-14).

Cuando aparezca Cristo, vida nuestra, entonces también aparecerán gloriosos con El. (Col. 3,34).

Así que,... todo les pertenece: el mundo, la vida, la muerte, el presente, el futuro, todo es de ustedes, y ustedes de Cristo, y Cristo de Dios. (1 Co. 3,21-23).

*Y no se acomoden al mundo presente, antes bien transformense mediante la renovación de su mente, de forma que puedan distinguir cuál es la voluntad de Dios; lo bueno, lo agradable, lo perfecto. (Rm. 12,1-2).*

Y lo que era para mí ganancia, ahora lo juzgo una pérdida a causa de Cristo. Y más aún: juzgo que todo es pérdida ante la sublimidad del conocimiento de Cristo Jesús, mi Señor, por quien perdí todas las cosas, y las tengo por basura para ganar a Cristo, y ser hallado en El, no con la justicia mía, la que viene de la ley, sino con la que viene por la fe en Cristo, la justicia que viene de Dios... (Flp. 3,7-9).







Si vivimos, para el Señor vivimos;  
si morimos, para el Señor morimos;  
así que, sea que vivamos o sea que muramos, del  
Señor somos... (Rm. 14,8-9).

Somos ciudadanos del cielo... de donde esperamos  
como Salvador al Señor Jesús.

El cual transfigurará este miserable cuerpo nuestro en un  
cuerpo glorioso como el suyo en virtud del poder que  
tiene de someter a Sí todas las cosas. (Flp. 3,21).

Mas todos nosotros, que con el rostro descubierto reflejamos  
como en un espejo la gloria del Señor, nos vamos  
transformando en esa misma imagen cada vez más gloriosos,  
conforme a la acción del Señor, que es Espíritu. (2 Co. 3,18).

Para esto los ha llamado por medio de su Evangelio, para  
que consigan la gloria de nuestro Señor Jesucristo. (2 Ts. 2,14).

Para que el nombre de nuestro Señor Jesucristo sea  
glorificado en nosotros, y nosotros en El. (2 Ts. 1,11-12).

El (Dios) nos libró del poder de las tinieblas y nos trasladó  
al Reino del Hijo de su Amor, en quien tenemos la  
redención y el perdón de los pecados. (Col. 1,13-14).

*"La piedra angular es Cristo mismo, en quien toda edificación  
bien trabada se eleva hasta formar un templo santo en el  
Señor", en quien también ustedes están siendo  
juntamente edificadas, hasta ser morada de Dios  
en el Espíritu. (Ef. 2,19-22).*

*¡Mire cada cual cómo construye! Pues nadie puede poner  
otro cimiento que el ya puesto: Jesucristo. (1 Co. 3,10-11).*

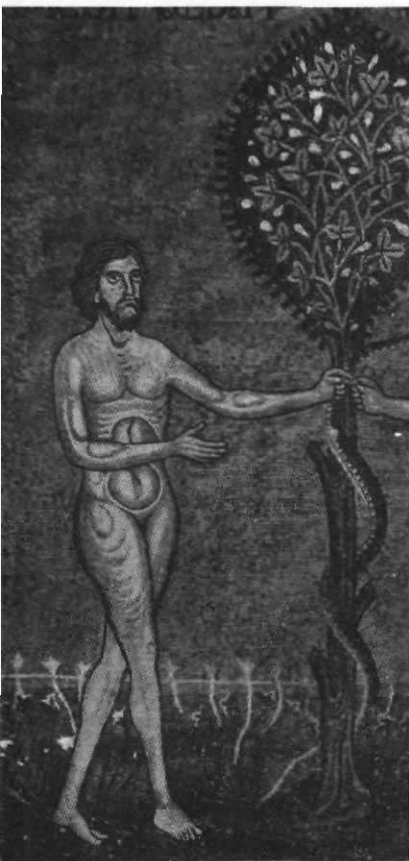




"Dios modeló al hombre para tener en quien colocar sus beneficios" (Sn. Ireneo Adv. Haer. IV,14,1).



# sentido cristocéntrico del principio y fundamento



## EL PLAN SALVIFICO UNIVERSAL

Es verdad de la vida cristiana que existe solamente un hombre, una creación, una redención y un destino para todos. Las consideraciones que propone San Ignacio en el Principio y Fundamento están hechas en el contexto de un hombre de fe cristiana; y solamente se comprenden en su integridad leyéndolas como una parte del conjunto de los ejercicios, donde el cristocentrismo de las meditaciones es el objeto principal del trabajo espiritual.

San Ignacio no plantea el Principio y Fundamento sobre la distinción entre verdades adquiridas por la razón y las adquiridas por la revelación. El Principio y Fundamento debe plantearse en términos cristianos y solamente desde la fe.

El Principio y Fundamento no está propuesto como una reflexión a partir de las cosas, sacado de un análisis de la realidad, sino al contrario, está pensando de forma descendente para llegar a la realidad a partir del designio de Dios. Incluso se excluye la consideración del pecado real en que se encuentra el hombre. La indiferencia es para elegir lo que más ayude, no para elegir entre el bien y el mal. En la primera etapa y en la meditación de la encarnación se analiza la realidad del hombre y del mundo como una realidad que se pierde a sí misma y se medita cómo Jesucristo viene al mundo a salvarlo. El aspecto negativo de la realidad personal y social entra con toda su fuerza en la primera semana; en la meditación de la encarnación, y de forma dramática en la tercera semana.



## JESUCRISTO CREADOR

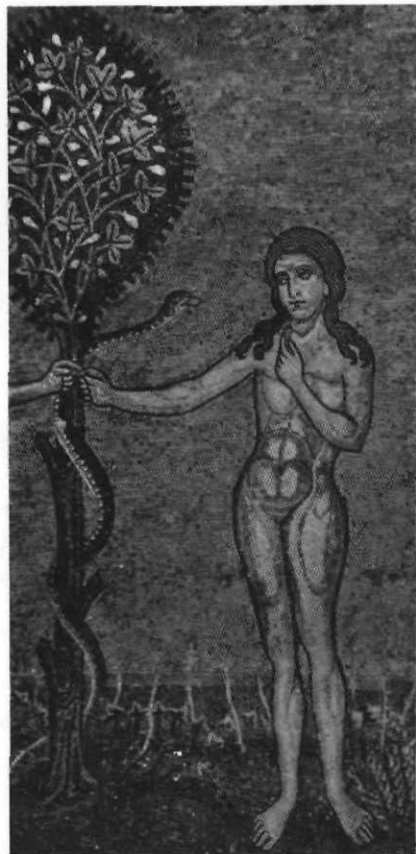
El título con que San Ignacio se refiere a Jesucristo muy frecuentemente es el de "Nuestro Creador y Señor". Jesucristo es la palabra creadora de Dios, como las manos del Padre, que forma al hombre a su imagen y semejanza. El es la imagen de Dios invisible y por eso también aquél que hace al hombre según su propia imagen. Desde el origen el hombre como creatura se encuentra vinculado a Cristo como Creador. Esta orientación cristocéntrica del hombre y de toda la creación procede originalmente de la Escritura (San Juan y San Pablo) y de la fe de los padres de la Iglesia.

## LA CREACION ES PARTE DE UN TODO.

La creación es un acontecimiento salvífico: todo está hecho y orientado para que en la plenitud de los tiempos aparezca Cristo. Jesús es el vértice de la creación entera, de la historia natural, y de la historia de la salvación. Jesús conduce también a los hombres y al mundo a la plenitud.

En la mente de Ignacio no hay salvación posible sino en Jesús de Nazaret. Y el hombre se realiza o se pierde según responda en la vida a Jesucristo.

Jesús es Creador y Señor, Creador y Redentor, Rey Universal y Eterno. El es quien da los dones de naturaleza y gracia —los del orden natural y los del orden sobrenatural—.







## SERVIR

"Dios nuestro Señor" es comunmente para San Ignacio, nuestro Señor Jesucristo. Así, en el Principio y Fundamento el hombre está orientado, y encuentra todo su sentido y su fin en el servicio a Jesucristo.

Jesucristo es el Señor, a quien San Ignacio quiere servir desde el principio. Y se le sirve continuando su obra y en el servicio a los demás. Para San Ignacio el servir a Dios está particularmente vinculado con el seguimiento a Cristo. No sigue a Dios quien no sigue a Jesucristo. San Juan en su Evangelio puso en boca de Jesús estas palabras: "el que me sirve que me siga"<sup>1</sup>, la única forma en que se puede servir a Dios es siguiendo a Jesucristo en el servicio a los demás.

Obviamente este seguimiento y este servicio debe estar motivado por el amor que es lo que más se busca y se pide en los Ejercicios: "conocimiento interno de nuestro Señor Jesucristo para más amarlo, servirlo y seguirlo"<sup>2</sup>.

"Imitar y servir" son verbos que para San Ignacio están unidos como sinónimos<sup>3</sup> y se refieren particularmente a Jesucristo, que es ejemplo del hombre<sup>4</sup> y la forma como se puede llegar a servir a Dios. Se sirve a Dios imitando a Jesucristo.

## CON AMOR Y REVERENCIA

La "reverencia" a la que se refiere San Ignacio en el Principio y Fundamento, es la actitud fundamental del hombre, aquéllo para lo cual ha sido creado, corresponde a la majestad de Jesucristo<sup>5</sup>;



al hombre pecador corresponde la actitud de "vergüenza y confusión"<sup>6</sup> ante la majestad de Jesucristo Dios y Señor.

"El amor y la reverencia" son dos términos que mutuamente se relacionan y se vinculan a Jesucristo. Así que aquellos que "siguen de veras a Cristo nuestro Señor" lo hacen "por su debido amor y reverencia"<sup>7</sup>.

El amor y la reverencia van unidos al seguimiento. Por este sentido de reverencia y acatamiento el Santo usa más frecuentemente "los títulos" de Cristo que su nombre propio. En Jesús reconoce todos esos atributos divinos. Y por ellos expresa su fe y devoción.

La reverencia no está en un gesto, sino en una actitud que San Ignacio considera se debe tener toda la vida. El término reverencia lo usa refiriéndose particularmente a Jesucristo en otros lugares de los Ejercicios<sup>8</sup>. La reverencia es la actitud normal con la que el hombre debe ponerse ante Dios, pero San Ignacio la pide particularmente al referirse a Jesucristo.

## SALVADOR Y SANTIFICADOR

Por ser Jesús el Creador y Señor del Universo entero le corresponden los atributos de "Omnipotente y Eterno"<sup>10</sup>.

La omnipotencia de Dios que corresponde a las tres personas divinas se aplica particularmente a Jesucristo por quien todo fue hecho. Jesús, por lo que dijo e hizo, por su vida y su muerte, por lo que es y llegó a ser, tiene el poder y la fuerza necesaria para salvar y santificar el mundo entero, y es el centro de la religiosidad cristiana.







La pregunta sobre el hombre que subyace al Principio y Fundamento se responde plenamente con el resto de los ejercicios. San Ignacio decía que "el hombre vale la sangre y vida de Jesucristo, que costó". La condición humana de Jesucristo es la forma como llega Dios al hombre, lo salva, lo santifica y lo hace partícipe de su gloria<sup>12</sup>. San Ignacio lo meditaba en la oración que repite frecuentemente en los Ejercicios<sup>13</sup>.

Alma de Cristo .....	santificame,
cuerpo de Cristo .....	sálvame,
sangre de Cristo .....	embriágame,
agua del costado de Cristo ..	lávame,
pasión de Cristo .....	confortame,
oh buen Jesús .....	óyeme,
en tus llagas .....	escóndeme,
en la hora de mi muerte ....	llámame
del enemigo malo. ....	defiéndeme,

y mándame ir a ti,  
para que te alabe y te bendiga  
por los siglos de los siglos.

La indiferencia del "Principio y Fundamento", entendida como la máxima libertad, es para la entrega de todo (y de uno mismo) que se hará a Jesucristo a lo largo de los Ejercicios y de la vida.

Jesús no es solamente autor o causa de nuestra salvación, sino también el término y el que lleva a plenitud la vida verdadera de todos los hombres. Con el término "verdadera" opone la vida a lo falso del mundo y se refiere



San Ignacio a la realización más auténtica del hombre, a su fin último<sup>14</sup>.

En la imagen mental de San Ignacio, Dios nuestro Señor es Jesucristo, a quien hay que servir y seguir, a quien hay que hacer reverencia y acompañar, como a rey eterno y Señor Universal; a quien hay que alabar y amar ayudado de todas las contemplaciones de los Ejercicios<sup>15</sup> y en todo momento<sup>16</sup>. El amor a Jesucristo debe regular y medir todo otro amor<sup>17</sup>. Y solamente "mediante esto", el servicio, la imitación y el seguimiento a Jesucristo, se salva el hombre<sup>18</sup> y llega a compartir su gloria.

No hay otro nombre ni otro camino por el que el hombre pueda salvarse. El Dios tripersonal solamente puede salvar al hombre mediante el Hijo que es la posibilidad salvadora de Dios<sup>19</sup>.

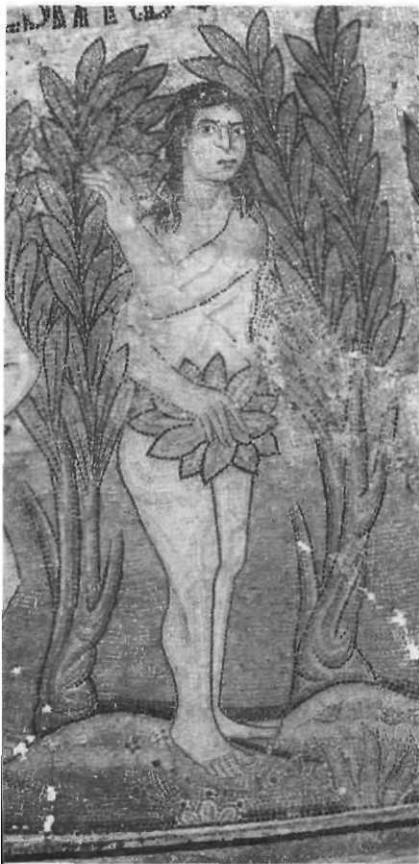


1. Jn. 12,26.  
2. Ej. n. 104, 130.  
3. Ej. n. 168.  
4. Ej. n. 167, 139.  
5. Ej. n. 3, 23, 39 y 168.  
6. Ej. n. 48.  
7. Ex. Const. n. 142.  
8. Ej. n. 316.  
9. Ej. n. 38, 39, 3, 50 y 92.

10. Const. n. 527, 532, 535 y 540.  
11. Ej. n. 301.  
12. Cfr. Ej. n. 102, 130.  
13. Ej. n. 63, 147, 253, 258.  
14. Ej. n. 139.  
15. Ej. n. 162.  
16. Ej. n.  
17. Ej. n. 316.  
18. Ej. n. 23.  
19. Ej. n. 102.



## conclusión



Redacta "tu principio y fundamento"  
que exprese tus convicciones básicas.

Desde el principio soy objeto del pensamiento y del cuidado de Dios; dependo de El como obra suya. Entre Dios y yo existe una relación más personal y profunda: yo soy también su hijo.

Soy una persona libre orientada a Cristo desde el principio.

Con una finalidad que yo puedo aceptar o rechazar, y así cumplirme o no cumplirme, realizarme o frustrarme.

Estoy rodeado de cosas y personas, y yo mismo formo parte de un todo. Todo tiene por objeto ayudarme a mí, y a todas las personas, a lograr la realización plena en esta vida y en la otra.

Por lo tanto debo tener, estimar y usar las cosas en función del fin.

Y para eso es necesario que sea totalmente libre ante las cosas, situaciones y personas que tratan de esclavizarme.

He de ser libre ante la forma y el modo en que tenga que vivir sin poderlo remediar, porque en eso se manifiesta la voluntad de Dios y aceptar las circunstancias de la vida es más difícil que elegir las.

He de ser libre ante el dinero y todos los medios lícitos de adquirirlo; de tal manera que ni el deseo de riqueza, ni el miedo a



la pobreza me quiten libertad para seguir y servir a Jesucristo.

He de ser libre ante el amor y libre para amar. De tal manera que no me esclavice el deseo de ganarme la benevolencia de los demás, ni tema el qué dirán. La falta de amor, o el amor que *recibo y que ofrezco ha de hacerme más conforme* a Jesucristo.

*He de ser profundamente libre ante la vida, para vivir a fondo y feliz; para poderla ir entregando cada día, y para entregarla al fin.*

Y si quiero ser libre ante cosas importantes ¿con cuánta mayor razón ante cosas pequeñas?

Lo mejor será no sólo que elija racionalmente sino que desee con toda el alma lo que más me vincule a Jesucristo. Mi opción fundamental es el Señor. El es mi luz y mi fuerza. Lo demás es el itinerario, El es la meta; El Principio y el Fin; Alfa y Omega. *Mi Principio y Fundamento.*

Reproducir la imagen de Jesús, en el servicio y la entrega a Dios y a los demás, es la vocación, el sentido y el fin de mi vida.

1. ¿Qué lugar ocupa Jesucristo en tu vida?
2. ¿Y todas las cosas, circunstancias y personas que te rodean contribuyen a hacerte libre, o te quitan libertad?
3. ¿Haz hecho de Jesucristo la opción fundamental de tu vida?







## ACTITUDES DEL PRINCIPIO Y FUNDAMENTO

Quando el principio y fundamento se ha meditado suficientemente deja en el ejercitante actitudes que se deben reflejar a lo largo de los Ejercicios y de toda su vida.

Estas actitudes pueden ser las siguientes: nuestra relación con Dios es una relación de + creatura con el Creador, + de hijo con su Padre, y por lo tanto + de amor, + de reconocimiento, + de veneración y culto, + de alabanza, + de servicio. Ha de dejar una conciencia clara de nuestra orientación a Dios, y más particularmente hacia Cristo.

Hemos de tener siempre ante los ojos la orientación de todo nuestro ser y nuestra actividad en orden al último fin, es decir, la reproducción de la imagen de Jesucristo en esta vida y en la eterna. Esa orientación final es algo que se refleja en todas las actividades particulares. *No sólo en la orientación general sino principalmente en la vocación personal.*

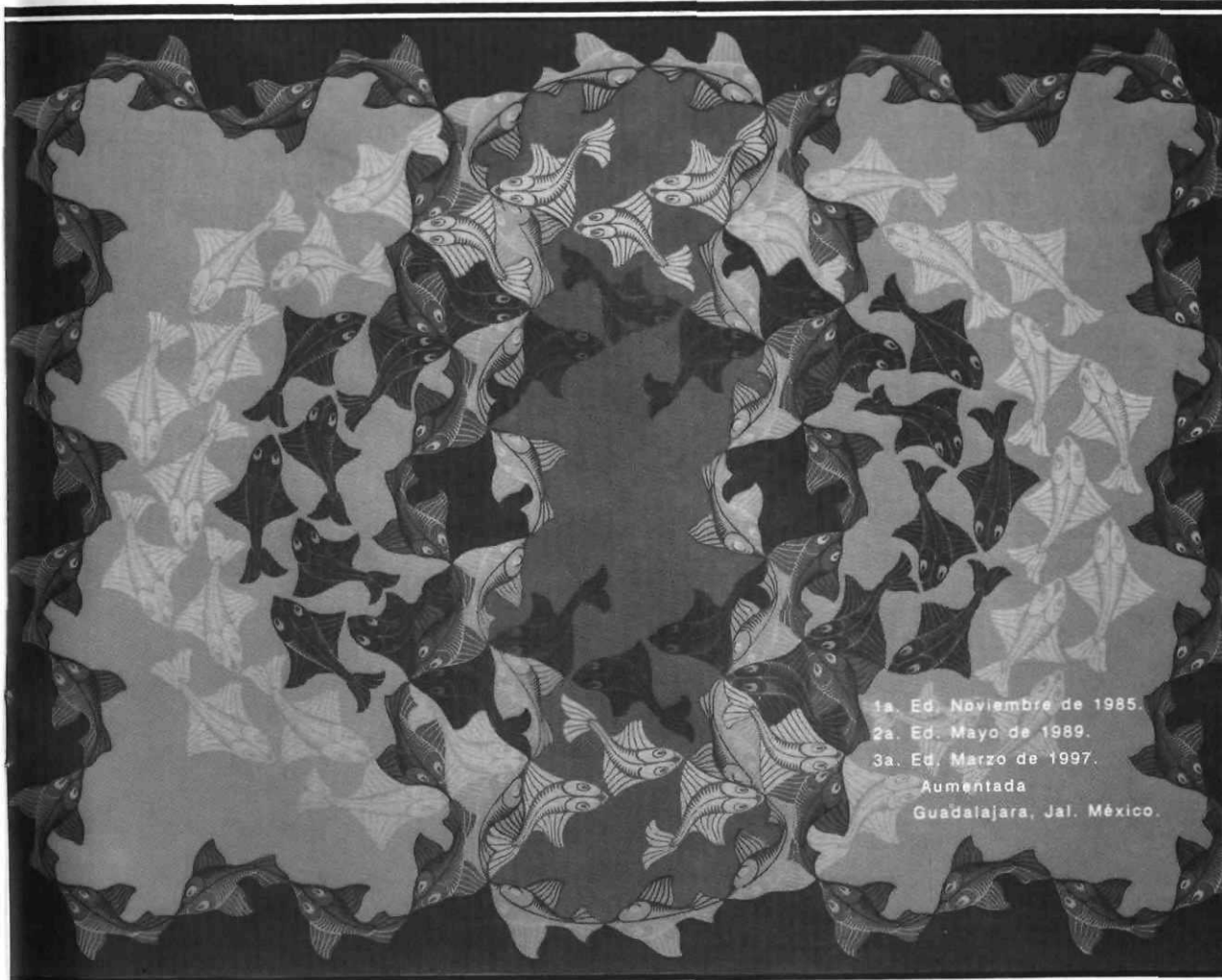
Dependemos del mundo en que vivimos y estamos relacionados con todas las cosas y personas para ayudar y ser ayudado (discernimiento); sin absolutizar nada (indiferencia), sino solamente a Cristo (opción fundamental), y eligiendo las cosas en función de él (motivación).

A Jesús no se le sigue más renunciando al mundo que optando por la construcción de un mundo más justo, más humano, de un mundo mejor.

Donde no hay esfuerzo ascendente y deseo de mejorar las cosas ahí no está Dios. Dios siempre lleva a la superación (magis ignaciano).

**A. M. D. G.**





1a. Ed. Noviembre de 1985.

2a. Ed. Mayo de 1989.

3a. Ed. Marzo de 1997.

Aumentada

Guadalajara, Jal. México.



"JESUCRISTO,  
por quien son todas las cosas  
y por el cual somos nosotros"  
(1 Co. 8,6),  
SACO AL HOMBRE DE LA TIERRA,  
LO FORMO EN SU REGAZO,  
Y CON SU ALIENTO LE DIO LA VIDA.

Catedral de Chartres  
siglo XIII  
detalle del pórtico norte.







3  
**conversión**



**juan manuel garcía de alba s.j.**

**la conversión  
en los ejercicios de san ignacio  
meditaciones de la primera semana**

3  
**conversión**







El mensaje de Jesús se centró en el amor del Padre dirigido a todos nosotros, que somos pecadores, y en la alegría que al Padre le da el que volvamos a El. Para Jesús tienen poca importancia la gravedad y la cantidad de nuestros pecados; lo que tiene mucha importancia es que Dios está dispuesto a perdonarnos, a transformarnos desde dentro y a recibirnos con los brazos abiertos. La parábola del Hijo pródigo, de la oveja perdida, y de la moneda encontrada (Lc 15,4s), compendian el mensaje de Jesús en torno a la conversión.

En este cuadernillo presentamos algunas de las meditaciones que pertenecen a la primera etapa o semana de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio. Añadimos dos meditaciones que pueden ayudar a obtener el fruto deseado, y dejamos para otra publicación las meditaciones que suelen llamarse "de novísimos", con el objeto de no hacer un folleto demasiado extenso.

El tema de este cuaderno no es fácil, porque meditar en lo oscuro de nuestra vida a todos nos cuesta trabajo, incluso podría parecer negativo; pero sucede lo mismo con una historia clínica o un libro de patología médica, será negativo si se fija uno en la enfermedad o en el sufrimiento que lleva consigo, pero será positivo si se atiende a la salud a la que se encamina.

Un hombre tenía dos hijos;  
y el menor de ellos dijo al  
padre:  
"Padre, dame la parte de la  
herencia que me corresponde."  
Y él les repartió los bienes.



## introducción a la primera etapa de los ejercicios



### Objetivo de la primera etapa

La predicación de Jesús y de los apóstoles se dirigía a la conversión del corazón y de la mente. Este es también el objetivo de la primera etapa de los Ejercicios. La "*meta-noia*", que es la palabra griega que se traduce por conversión, significa cambio de mente; es decir cambio de forma de ver, de pensar, de sentir y de vivir. En realidad la conversión se refiere al cambio de dirección de toda la persona.

San Ignacio señaló, como fin de la Primera Semana, *quitar los afectos desordenados* (Ej 1,21), *enmendar la vida*, y, para esto, era necesario arrepentirse, y convenía mucho, si era posible, sentir "*dolor y lágrimas por los pecados*" (Ej. 4, 78).

Este cambio es fruto de nuestro deseo y nuestro esfuerzo personal: nadie se convierte si no quiere convertirse; pero en último término, es fruto de la gracia, o más exactamente es fruto de la acción de Cristo en nuestro corazón. Porque El es el que despierta en nosotros el deseo de cambiar. El nos da una nueva dirección y sentido, El nos propone una meta.

La conversión viene a ser el primer paso del seguimiento de Cristo, por eso podemos decir que tiene su origen en Cristo que nos llama, es posible por Cristo que nos da su gracia, y tiene como meta dejarnos abrazar por Cristo, el cual, como buen pastor, busca y cura a sus ovejas.

La primera etapa de los Ejercicios nos prepara a un encuentro cada vez más personal, más entusiasta y más íntimo con Jesús de Nazaret que, con el Evangelio, la oración y los sacramentos, nos irá conduciendo hacia la meta. Nos disponemos pues, a en-



contrar a Cristo no sólo como Salvador y Redentor, sino también como fuente de energía, principio vital e inspirador de cada uno de nosotros, y de aquello que debemos realizar.

La primera vocación del hombre es el llamamiento que Dios le hace para que sea humano. Este es el llamamiento básico de la primera etapa de los Ejercicios y de la conversión.

Nuestra difícil tarea de ser hombres nos pide que dejemos todo aquello que nos deshumaniza, el pecado, y vayamos por el camino que el Señor nos irá inspirando para dar más exactamente con nuestra plena realización y con El.

La vocación original de cada uno consiste en ser humano, en no constituirse a sí mismo el centro de todo, en interesarse por los demás y construir, desde sus posibilidades, un mundo más justo, más libre, y más humano.

El pecado es lo que nos encierra en nosotros mismos y en nuestros intereses, en oposición a Dios y a los demás. El pecado es todo aquello que impide nuestra realización plena, lo que nos deshumaniza y lo que impide nuestra relación con Dios. El pecado es la forma en que se manifiesta la limitación humana en el orden de la acción, de la libertad, del bien y de la justicia. Se es muy pequeño cuando se ofende a Dios tan fácilmente. El pecado es una forma de limitación, aquella que toca más de lleno a la persona y más directamente se desprende de ella.

Convertirse significa seguir a Jesús, y seguir a Jesús significa hacer el bien, superarnos y servir a los demás.







Para convertirnos el Señor nos invita a seguirlo muy de cerca. Nos dice que El irá siempre delante indicando el camino. La conversión no es un asunto difícil cuando se va de la mano de Jesús.

Su mensaje es una palabra de comprensión y amor dirigido a cada uno, incluso a aquél que ha tomado una o muchas decisiones en contra de la voluntad de Dios manifestada en los mandamientos. Es una palabra de amor que renueva, transforma e invita al hombre a dar frutos de conversión. Estos no se limitan a una vida religiosa y a una moral individual, van más allá, consisten en hacer que Jesús determine la vida personal, y en hacer cuanto podamos en beneficio de los demás.

El sabernos y sentirnos perdonados ha de llegar a ser una experiencia personal que nos lleve a hablar de Dios capaz de perdonarlo todo y de aceptar a todos los hombres, y ha de impulsarnos a perdonar también nosotros (Mt. 6, 12s; 18, 21s).

### **Relación con el Principio y Fundamento**

En el Principio y Fundamento pensábamos en el hombre como aparecía en el Plan de Dios, pero de hecho el hombre se encuentra en un mundo que no es como debe ser, en una sociedad y en una estructura dañada por él mismo. Su mundo, lejos de ser ideal, es trágico; su forma particular de existir y su forma de vivir con los demás encierra un sentido dramático.



### Objetivo

Con esta meditación San Ignacio pretende que el ejercitante se vaya formando la conciencia, poco a poco, de la necesidad que tiene de perdón, asimismo de la necesidad de conversión interior y del deseo sincero de poner los medios para transformar la vida.

San Ignacio empieza todas las meditaciones y contemplaciones con una oración preparatoria, que consiste en *"pedir gracia a Dios nuestro Señor para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad."*

La meditación procede por pasos. Los primeros son más ajenos y lejanos a la experiencia personal. Desde fuera y desde lejos, vienen a preparar la reflexión sobre la propia historia. Empezaremos meditando en el pecado de los ángeles, luego en el de los primeros padres, Adán y Eva, para terminar reflexionando en un hombre X, que por menos pecados que los míos, se pierde. Todos sabemos que es más fácil meditar la historia y los acontecimientos ajenos que los propios.

Con la composición de lugar de este ejercicio San Ignacio quiere que nos imaginemos como en prisión o en destierro, y entre brutos animales. Se trata de crear un sentimiento de desolación.

Esta meditación es para ayudarnos a captar la malicia, la gravedad del pecado y sus consecuencias. San Ignacio quiere que pida *"vergüenza y confusión de mí mismo, viendo cuántos han sido dañados por un solo pecado mortal, y cuántas veces yo me-*







Pocos días después  
el hijo menor lo reunió todo  
y se marchó a un país lejano  
donde malgastó su dinero  
viviendo como un libertino.

*recía ser condenado para siempre por mis tantos pecados". La meditación va dirigida al sentimiento, a la admiración, más que a la apreciación intelectual.*

### Primer punto

En el primer punto meditamos el pecado de los ángeles, del que tenemos muy pocos datos bíblicos; unos cuantos textos hacen alusión (Lc 10, 17; Ap 20, 10).

"La historia" es una tradición sencilla que explica la existencia del demonio como ángel malo, y la gravedad del pecado de soberbia.

EL carácter histórico de esta tradición es de poca importancia para el fruto de la meditación. Lo que se nos propone para meditar son "verdades" (convicciones), más que hechos históricos, en realidad desconocidos. La verdad se presenta aquí en el molde de un acontecimiento. Esta verdad afirma que el no reconocimiento de Dios, y de Cristo, "*el Creador y Señor*", el pecado de soberbia y el no servicio, pierde a los ángeles y, por comparación, a los hombres.

El no reconocimiento de Dios manifestado en el no servicio da lugar a una generalización: el pecado, por el hecho de serlo, y no de ser tal o cual pecado, trae tremendas consecuencias y castigos.

La idea del castigo es poco exacta y afortunada, habría que quitarle connotados de arbitrariedad, venganza, desproporción, injusticia. Habría que insistir en que no es un castigo impuesto, sino más bien una especie de consecuencia natural del pecado.



Dios no hace nada para dañar más de lo que se ha dañado la creatura a sí misma.

San Ignacio hace notar que el pecado de los ángeles consistió en la no aceptación de la encarnación y de Jesucristo. *"No quieren servirse de su libertad para hacer reverencia y obediencia a su Creador y Señor"* (Ej. 50). Esta tradición cristocéntrica del pecado de los ángeles pertenece a la época medieval, y hace consistir todo pecado en una forma de rechazo de Jesucristo.

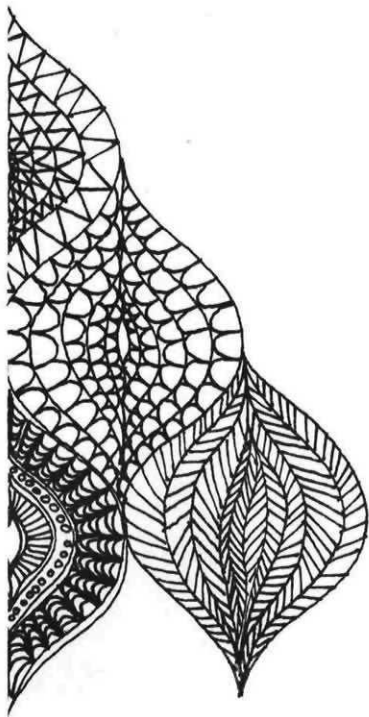
### Segundo punto

El pecado de Adán y Eva, narrado en el capítulo tercero del Génesis, es el tema del segundo punto.

Este relato trata de descubrir la situación del hombre presente. El autor del Génesis escribió este capítulo con el fin de que el lector, conociendo su origen, interpretara su vida presente. No habrá que darle demasiada importancia a la forma histórico-poética del relato. Recordemos que el mensaje del Génesis es un relato teológico y no histórico, en el sentido científico de la palabra. Es una narración poética semejante a la de Ezequiel 28, 12-19.

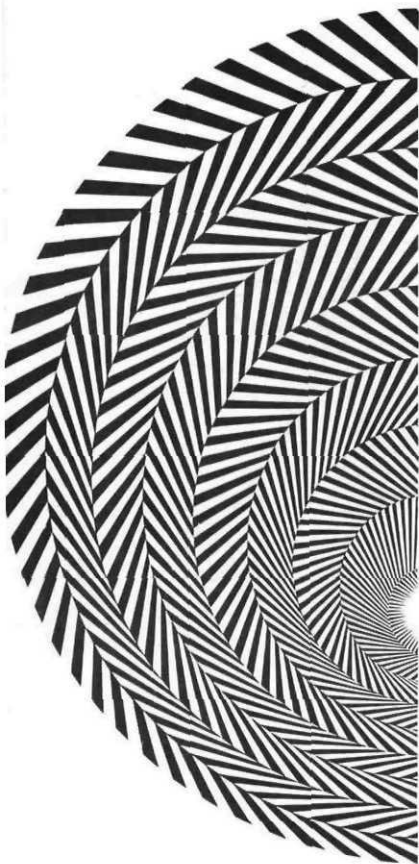
El Génesis presenta al hombre dañado sustancialmente, e incapaz por sí mismo de autosuperarse, de autotrascenderse, de autosalvarse.

El pecado original, que más exactamente podríamos llamar fundamental o esencial, consiste en la disposición al mal que todos los hombres tenemos dentro. Es la imposibilidad de amar a Dios con todo el corazón, con toda el alma y con todas las fuer-



Cuando hubo gastado todo, sobrevino una hambre extrema en aquel país, y comenzó a pasar necesidad.





zas, y de amar a los demás. Es la dificultad que el hombre siente para ordenar su vida en función de su destino; es la oposición que el hombre encuentra para lograr la integración y la comunión con Dios, con los demás y con el mundo.

La desobediencia de los primeros padres viene a significar la fallido del hombre en el sentido último de su existencia, en su relación de obediencia a Dios. La obediencia, en último término, es reconocimiento, y el pecado es falta de reconocimiento, es desarmonía, inautenticidad. El pecado original no es algo que sucede, sino algo que prevalece a pesar del esfuerzo del hombre, es la condición humana dañada; eso es lo que se recibe y lo que se transmite.

En la Iglesia católica el pecado original se ha visto siempre vinculado con todos los demás pecados del hombre; aunque en sí mismo no es un acto personal del cual podamos arrepentirnos, sin embargo está esencialmente vinculado a todos los pecados personales; habla, pues, de la situación de pecado por la cual el hombre se ve capturado en pecados particulares.

La inclinación al mal une a todos los hombres. Todos tenemos necesidad de cultivar el bien, porque si no, será el mal lo que surgirá espontáneamente, como surge la mala hierba en un campo que no se cultiva.

El pecado original pone de manifiesto la necesidad que tenemos de Jesús como salvador del género humano (Rm 5, 12; 1 Co 15, 21), todos los hombres y desde el origen.

San Ignacio sugiere que se contemple el pecado de los primeros padres y las consecuencias que tuvo para ellos y para todos



los hombres. Son consecuencias del pecado original la división y la muerte que empezó con Caín y Abel, y la división y la guerra en la historia humana.

### Tercer punto

El tercer pecado es un caso hipotético. Cierto. Pero todavía más lejano que la realidad constatable. Se trata de un "hombre X" que por menos pecados que yo, se pierde... Basta un solo auténtico pecado (que sea opción fundamental) para perder al hombre. Lo que quiere decir que el hombre tiene en su mano la posibilidad de perderse cada vez, siempre que cometa auténtica falta grave. Llevamos el tesoro en vasos de barro. (II Cor. 4,7)

Estas consideraciones vienen a poner de manifiesto la naturaleza del pecado como realidad destructiva del hombre. La verdad que se contempla consiste en la naturaleza destructiva del pecado, y no en el hecho histórico, la mala suerte del "hombre X", o la justicia de Dios.

El hombre X no es ajeno a mi vida y a mis experiencias de faltas graves. De la comparación con él y de mis experiencias va surgiendo una admiración interior.

La experiencia de pecados personales ha de servir para tomar conciencia de la cantidad de veces que de hecho, ya, se nos ha salvado y se ha tenido misericordia de nosotros. El autor de esta salvación, el que nos mantiene en vida y no ha permitido que el pecado nos destruya por completo, y quien ha tenido misericordia de nosotros continuamente, es Jesucristo.

El pecado es una situación humana generalizada; es un hecho en mi vida, es una realidad histórica que trae necesariamente sus







Entonces, fue a pedir trabajo a uno de los ciudadanos de aquel país que le envió a sus fincas a cuidar puercos.

consecuencias, y que deja un lastre en cada persona. El pecado es la necesidad personal y particular que tenemos todos de Jesús como Salvador.

### Coloquio

Este es el primer coloquio que presenta San Ignacio en los Ejercicios. Dice que el coloquio es la comunicación afectuosa con Jesús como con un amigo (Ej. 54).

Presenta a Jesús puesto en cruz, y quiere que el ejercitante considere *"cómo de Creador ha venido a hacerse hombre, y de vida eterna a muerte temporal, y así a morir por mis pecados"*. Esta reflexión es semejante a la que Pablo hacía: *"Me amó y se entregó a sí mismo por mí"* (Gal. 2, 20; Ef. 5,2).

He de reflexionar, también, *"mirándome a mí mismo, considerando lo que he hecho por Cristo, lo que hago por Cristo, lo que debo hacer por Cristo, y así viéndole tal, y así colgado en la cruz, discurrir por lo que se ofrezca"* (Ej. 53).

A los grandes hombres, como a San Pablo, San Agustín, Santa Teresa de Jesús, la experiencia de sus faltas los llenaba de sentido apostólico. El amor y la misericordia de Dios experimentado y vivido los impulsaba a anunciar que Dios es rico en amor y misericordia, que es capaz de recrear, de restablecer y de elevar al hombre. Trabajar por el bien de los demás es servir a Cristo y salvarse a sí mismo.



## Introducción

Con esta meditación no se trata de inquietar al ejercitante, sino de que adquiera una vista de conjunto de lo que ha sido su historia de pecado, y de aquéllo que lo ha apartado del Señor, para que pueda estar dispuesto a escucharlo y seguirlo en el futuro.

Toda vida humana tiene un aspecto negativo, que es objeto de conversión; que conviene valorar en sus justas proporciones -sin exageración, pero sincera y realístamente- para integrarlo en el conjunto de la vida. De tal manera que no se dé en la conciencia una especie de cuarto oscuro donde se esconden los muebles rotos y la ropa sucia y donde da miedo entrar.

Este es el momento de dar a nuestra contrición un sentido sacramental por medio de la confesión. Una confesión general, aunque no sea necesaria, puede ser sumamente provechosa.

## En la contemplación

I. Mirar aquellos pecados que son los míos. Se trata de conocer lo que soy ahora, lo que he llegado a ser por la historia de mis decisiones. Mirar las diversas fases de mi vida, mis actitudes y mis situaciones de pecado. Esa casa, ese trabajo, esa calle, esa habitación... Mis amistades y mis relaciones con esas personas... Eso que es mi mundo, no el que se me dio, sino el que yo me he construido... Me faltó amor, fe, confianza, fuerza de voluntad; yo busqué las ocasiones. Tal vez no tenga yo toda la responsabilidad, pero sí la necesaria, para que esos pecados sean los míos.



Y deseaba llenar su estómago con las algarrobos que comían los puercos, pero nadie se las daba.



Y entrando en sí mismo, dijo:  
"¡Cuántos jornaleros de mi  
padre tienen pan en  
abundancia,  
mientras que yo aquí me  
muero de hambre!

Aunque mis pecados estén perdonados, debo tener en cuenta que ahí están, como experiencias reales, como una fuerza magnética que me sigue atrayendo.

Pero cualquiera que sea mi historia, debo tener presente que Dios está de mi parte, y en lo más profundo de mí para ayudarme.

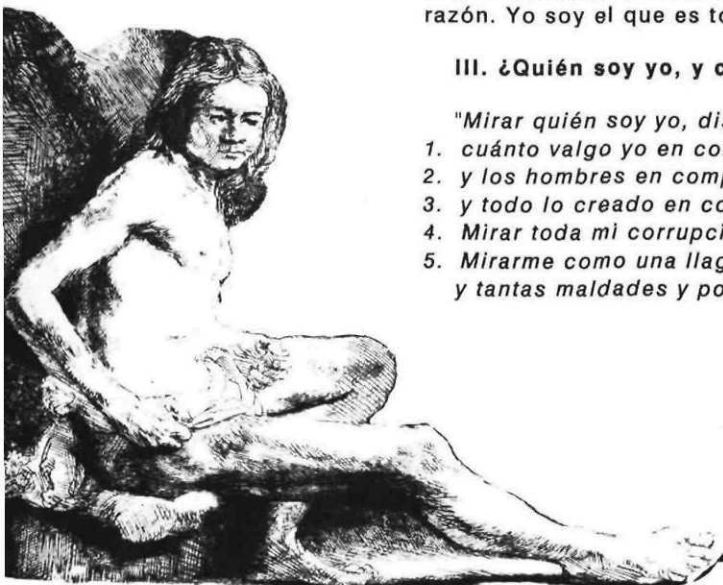
## II. La gravedad de mis faltas

Mis pecados son como un misterio para mí mismo. Bajo muchos aspectos me resultan inexplicables. San Ignacio quiere que contemple la fealdad y malicia de mis pecados. Tienen algo de podredumbre, de hipocrecía, de cobardía, de hiriente; son egoísmo, brutalidad, etc. En realidad es lo que ha salido de mi corazón. Yo soy el que es todo eso.

## III. ¿Quién soy yo, y cuánto valgo?

*"Mirar quién soy yo, disminuyéndome por ejemplos:*

1. *cuánto valgo yo en comparación con todos los hombres;*
2. *y los hombres en comparación con los ángeles y santos;*
3. *y todo lo creado en comparación con Dios.*
4. *Mirar toda mi corrupción y fealdad corporea.*
5. *Mirarme como una llaga de donde han salido tantos pecados y tantas maldades y ponzoña tan turpísima."*





Por el pecado soy uno más entre todos los pecadores. El pecado me destruye y me despersonaliza. Los ángeles y los santos son seres plenamente realizados ante Dios. Mi distancia de Dios no es sólo la que me califica como creatura, sino principalmente es la que yo me he puesto al desobedecer y rebelarme. Mi malidad es algo que se corrompe y daña a su alrededor. Me desmora, me desintegra, me enajena y me hace no ser como estoy llamado a ser. Me pone a mí contra mí mismo.

IV. Y Dios es todo lo contrario de lo que hay en mí. He pecado contra Él, y sin embargo me perdona y me llama. Casi parece hecho al tamaño de mis faltas: inmenso. *"Donde abundó el pecado sobreabundó la gracia"*, como dijo San Pablo (Rm 5,20).

Su sabiduría se opone a mi ignorancia; pero también la comprende, la aguarda, y la llama. Su poder infinito no sólo se opone a mi infinita debilidad, sino que también la soporta y la auxilia. Su santidad se opone a mi pecaminosidad, pero también su luz resplandece en mi oscuridad.

Dios es Santo para santificarme y Justo para justificarme. Y este *para* significa no que Dios esté a mi servicio, sino que Dios tiene una exigencia de santidad con respecto a mí, y yo una necesidad con respecto a Dios. En lo más hondo de mí ser soy obra de Dios; Dios me hace bueno, si me pongo en sus manos, más de lo que yo me hago malo si me alejo de Él.

V. Dar tiempo a la admiración, al agradecimiento y al amor.

San Ignacio quiere que consideremos cómo todas las cosas no se han vuelto contra mí cuando yo me he vuelto contra Dios (Ej. 60); no es una exageración retórica. Es ahondar en el sentido de la proporción y el orden que todas las cosas exigen. Cuando se







rompe el orden en un ejército, inmediatamente se restablece con un juicio de guerra. Cuando se rompe el orden en el tráfico todos se convierten en jueces, y el accidente mismo es la consecuencia.

No hay que ponernos en un plan trágico, sino realista. Donde los hombres ven una falta para condenar, Dios advierte una miseria para socorrer. Delante de nuestra vida tenemos más un Padre que un juez.

Al final sólo hay lugar a la acción de gracias, porque el Señor, por su misericordia (Ej. 61), su amor en mis limitaciones, me ha dado la vida hasta ahora... y quizá para este momento... y pedir su gracia para ordenar mi vida en adelante.

#### **Terminar con un Padre Nuestro.**

#### **Conviene notar**

Que la ley de Dios es un regalo para el hombre (Ej. 57); es Revelación de lo que al hombre, en la práctica, lo realiza más. El pecado es una satisfacción engañosa que trae consigo la frustración de la persona y de sus relaciones con Cristo, y con los demás.

\*La maldad del pecado no es consecuencia solamente de la desobediencia al precepto: el pecado en sí mismo es frustración para el hombre, y por eso está mandado que no se haga.



## Introducción

La meditación consiste en repetir los dos ejercicios anteriores. Se hará esta repetición *"notando y haciendo pausa en los puntos que he sentido mayor o menor consolación"*.

Al término de esta repetición San Ignacio sugiere tres coloquios El primero a Nuestra Señora, el segundo a Jesús, y el tercero al Padre. Y en ellos se han de pedir tres cosas:

*"la primera, para que sienta interno conocimiento de mis pecados y aborrecimiento de ellos;*

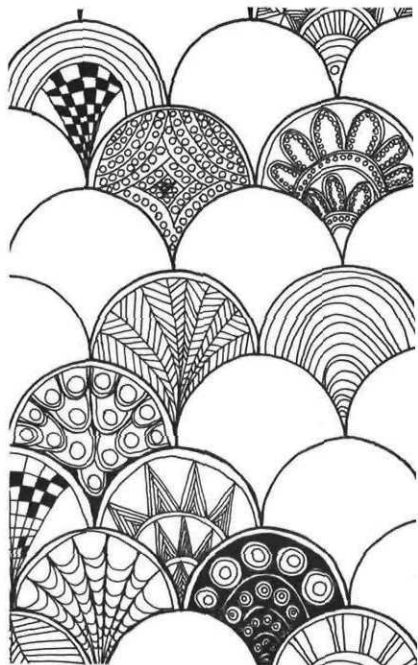
*la segunda para que sienta el desorden de mis operaciones, para que aborreciendo me enmiende;*

*la tercera, pedir conocimiento del mundo, para que, aborreciendo, aparte de mí las cosas mundanas y vanas"*.

En nuestra oración estas tres peticiones constituirán nuestros tres puntos.

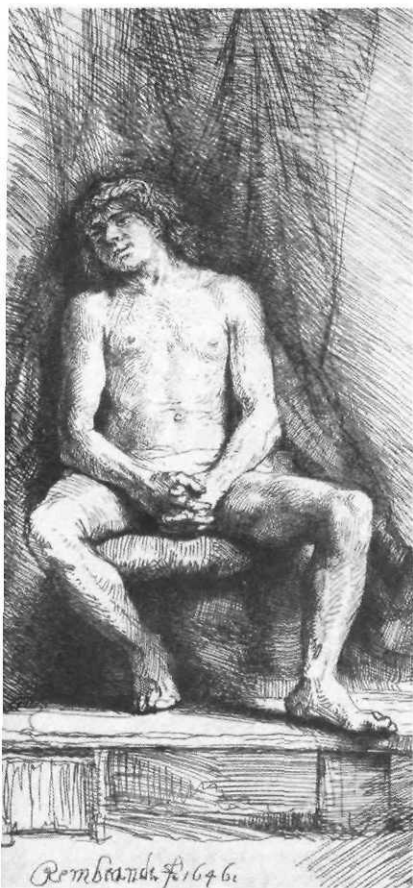
## I. Rechazo del pecado

"Sentir interno conocimiento" significa para San Ignacio, una experiencia personal que va ligada al *"aborrecimiento de los pecados"*. Todo esto no es fruto de un esfuerzo personal es, ante todo, una gracia. Por eso San Ignacio quiere que se pida en los tres coloquios, acudiendo primero a la Virgen, luego al Hijo, y finalmente al Padre.



Me levantaré,  
iré a mi padre y le diré:  
Padre, pequé contra el cielo  
y contra ti.  
Ya no merezco ser llamado  
hijo tuyo,  
trátame como a uno de tus  
jornaleros.





El considerar lo que hay de desordenado, de abuso, de incongruente o de injusto en mis acciones, puede surgir de una meditación que trate de analizar lo mal hecho, como las anteriores; pero el aborrecimiento, eso que toca las fibras del corazón, que es una especie de negación de nuestra historia vivida y de nosotros mismos; esto es principalmente una gracia.

En la vida espiritual es necesario aceptarnos a nosotros mismos, sin negar una parte de nuestras experiencias, nuestros modos de ser o nuestras relaciones; el arrepentimiento no es negar lo que ha ocurrido, ni desconocerlo, ni hacer como si no hubiera pasado nada. Arrepentirse no es negar lo que uno es o ha hecho, por el contrario, es aceptarlo como algo que tiene que ser encauzado.

El arrepentimiento es una de las más preciosas formas de libertad: solamente puede arrepentirse el hombre que es libre ante lo que ha hecho y ante sí mismo. Supone un juicio crítico con respecto a la conducta y a la forma de ser de la persona. Supone una inmensa lealtad al deseo que Dios a puesto en cada uno para que se supere. En el arrepentimiento se enjuicia uno a sí mismo y se pone, contra sí mismo, al lado del bien y de Dios.

El aborrecimiento es una gracia que concede el Señor cuando antes nos ha dado la del arrepentimiento; que lo confirma y que lo hace estable y sensible; pertenece a la experiencia, y dura como el recuerdo vital de un toque eléctrico. El aborrecimiento es una especie de instinto que contraresta la experiencia del pecado.



## II. El desorden de nuestras actitudes interiores

En la segunda petición pedimos "*sentir el desorden de nuestras operaciones*". Las operaciones son, para San Ignacio, aquello que pasa en el corazón, de donde surge nuestra acción buena o mala. Darnos cuenta interiormente de lo desajustado y desproporcionado, de lo injusto y desleal, de lo inhumano y acristiano de nuestras formas de proceder, es una gracia de Dios que hay que pedir, con el fin de suscitar sentimientos que favorezcan y garanticen la enmienda.

Al hablar aquí del desorden de nuestras acciones, no debemos fijarnos en un acto particular, sino en lo desordenado de nuestras actitudes; y el propósito de enmendarnos, que se sigue del arrepentimiento, consiste en el deseo sincero de poner los medios para que Dios cambie nuestras actitudes desde dentro, desde la raíz de nuestro ser, que es nuestro corazón. "Crea en mí, Señor, un corazón nuevo" ( Sal 51; Ez 18,31 ). Pero es necesario tener paciencia y dejarse educar por el Señor a través de la vida.

Hay ciertas faltas contra las cuales sólo se puede ir de forma indirecta. Con la vida se presentan cierto tipo de pecados frente a los cuales debemos tener paciencia y comprender que muchas veces, más que una pecado formal, es una carga y una humillación, quizá hasta una enfermedad; -por ejemplo, el alcoholismo- Pero también hay que tratar de ser eficiente en poner los medios para salir de las situaciones críticas.

El fin de estas peticiones no es meternos en nosotros mismos, sino alcanzar la gracia de la conversión o transformación interior, que se logra sólo por la acción de Dios salvador.



Y, levantándose,  
partió hacia su padre.





### III. Rechazo del mundo malo

En la tercera petición pedimos: *"conocimiento del mundo, para que aborreciéndolo, aparte de mí las cosas mundanas y vanas"*

Aquí pedimos la gracia de conocer y aborrecer los engaños del mundo como ocasión de pecado, para no caer en ellos. San Ignacio se refiere al mundo mundano, al mundo de injusticia, de desorden, de explotación y abuso; al mundo que aliena al hombre, que lo saca de su realidad ante Dios, y no al mundo como el lugar natural en que el hombre se desarrolla y progresa. No es el mundo positivo hecho por Dios, sino el mundo negativo hecho por el hombre. Se refiere San Ignacio al mundo que no reconoce a Cristo, que lo odia, como odia también a los que lo siguen. Es el mundo envenenado con el pecado de los ángeles, de Adán y el nuestro.

En esta meditación pretendemos conseguir de Dios, como una gracia, el aborrecimiento de ese mundo de pecado que gira a nuestro alrededor y que nosotros hemos construido como algo nuestro. Y como es algo nuestro, es el lugar en donde estamos y es algo de nosotros mismos, y por eso es difícil aborrecerlo. Se consigue sólo como una gracia; y por eso hay que pedirlo.

Tanto el mundo de mi alrededor como mi mundo interior, el mundo de mis tentaciones y debilidades, exigen una actitud de discernimiento; porque estoy en él, y sin embargo no debo ser de él (Jn 17,11.15). Lo más fácil es huir, desconocer y negar todo. Pero hay un riesgo real que consiste en que, negando el mundo, niegue a Dios, que está en él y me ha puesto en él. De ahí que la existencia cristiana, y por supuesto la sacerdotal y religiosa, tra-

"Estando él todavía lejos,  
le vio su padre  
y, conmovido, corrió, se echó  
a su cuello y le besó  
efusivamente.



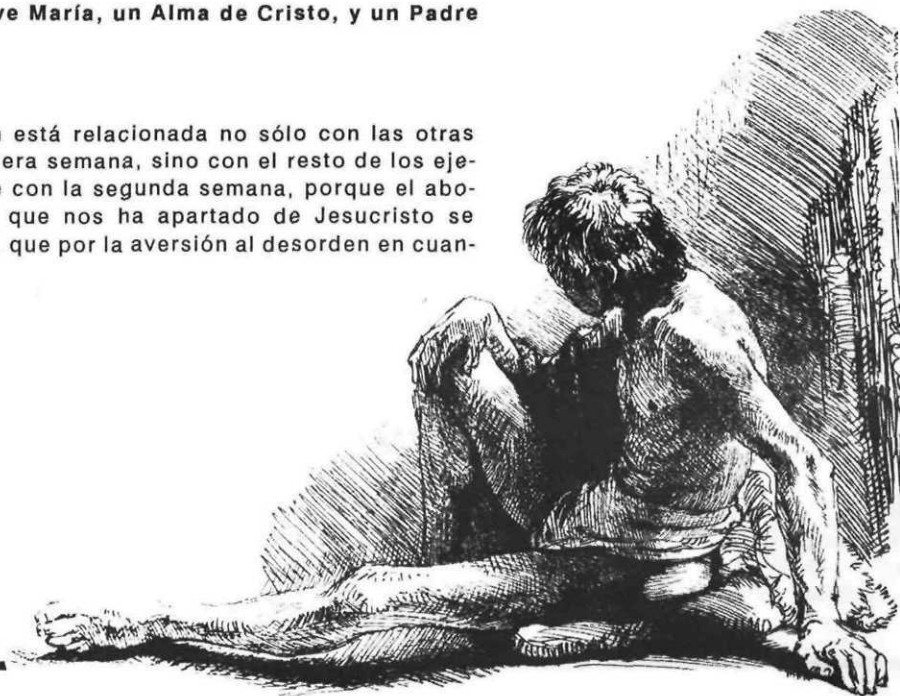
ga consigo una especie de desajuste con el mundo que los hombres hemos hecho.

Estas tres peticiones tienen en común la aversión al mal, al desorden y al mundo-malo, "el aborrecimiento", que se quiere conseguir pidéndolo primero a Nuestra Señora, después al Hijo, Jesucristo nuestro Señor, y finalmente al Padre. El medio para lograr ese aborrecimiento es la oración de petición.

**Terminar con una Ave María, un Alma de Cristo, y un Padre Nuestro.**

N.B. Esta meditación está relacionada no sólo con las otras meditaciones de la primera semana, sino con el resto de los ejercicios y, principalmente con la segunda semana, porque el aborrecimiento de todo lo que nos ha apartado de Jesucristo se logra más por amor a El, que por la aversión al desorden en cuanto tal.

El hijo le dijo:  
"Padre, pequé contra el cielo  
y contra ti;  
ya no merezco ser llamado  
hijo tuyo".





## el pecado contra cristo (ej. 53)

### Petición

Pedir "*crecido e intenso dolor y lágrimas de mis pecados*"...(Ej. 55).

### Composición de lugar

"*Imaginando a Cristo Nuestro Señor delante y puesto en cruz...*"(Ej.n. 53). Sus espaldas, heridas; su cara, escupida; su corazón, partido; sus ojos, llorosos.

Todavía no hemos llegado a lo más hondo del pecado; es necesario verlo en Jesucristo. En él se manifiesta lo que es el pecado para Dios y para el hombre. El pecado es el rechazo de Jesucristo hasta la muerte y muerte de cruz.

### El pecado contra el hombre

- + Si hemos sido llamados a crecer en el amor, en las buenas obras, en la comunión con Dios y con los demás (Ef,2,10; 4,15.24),
  - el pecado es el rompimiento de nuestras relaciones, la prostitución del amor;
  - y por eso nuestra propia degeneración.
- + Si hemos sido hechos a semejanza de Dios y tenemos la vocación de reproducir su imagen en nosotros (Gn 1,27; 2 Co 3,18),
  - el pecado es la desfiguración de la imagen de Cristo en nosotros,
  - y por eso es nuestra propia desfiguración.





- + Si nuestra tarea es revestirnos de Jesucristo (Ga 3,27),
  - el pecado lo desgarrar en nosotros;
  - y por eso es nuestro propio desgarramiento.

- + Si nuestro trabajo ha de ser que Cristo se vaya formando en nosotros (Ga 4,17),
  - el pecado es la destrucción de Cristo en nosotros;
  - y por eso nuestra propia aniquilación.

Pero ¡ojalá el pecado fuera nada más contra nosotros mismos, y para nuestro daño personal solamente!

### **El pecado contra Jesucristo**

+ El pecado para Dios es el máximo rechazo de su máximo don,... del don de sí mismo hecho en Jesucristo.

+ Jesucristo nos revela que, en último término, el pecado va dirigido contra el reino de los cielos, contra él mismo (Mt 10,33; 11,20-24; 12,38-42; Jn 15,18-23-25).

+ Si el pecado va dirigido contra Dios y contra un mundo que ha recibido de él la gracia de la Historia de la Salvación, va totalmente contra Jesucristo. Porque en El llega a su plenitud la Historia de la Salvación (Mt 21,37s).

Con el aumento y la manifestación del amor del Padre al enviar a su Hijo al mundo, aumenta y se manifiesta el pecado al rechazar a Jesucristo.







Se abandonó a Dios,  
Se asesinó a los profetas...  
Se crucificó a Jesucristo...

"Jerusalén" que había matado a los profetas (Lc 13,34), crucificó a Jesucristo.

No sólo los pecados cometidos contra los enviados de Dios, sino todo tipo de pecado, prepara la muerte de Jesucristo. Jesús murió porque los hombres matan. En la crucifixión se encarnó el rechazo de todos los hombres, de todos los tiempos, contra Jesucristo (Hb 10,29; 10,26-31).

Todo pecado contra nuestros hermanos o contra nosotros mismos, es pecado contra Cristo, que se hace presente en los demás y en nosotros. Todo pecado contra Dios es contra Cristo en quien Dios se ha hecho presente. Aún después de la pasión y de la glorificación de Cristo el pecado sigue siendo contra él... en cuanto quiere unirnos a él y vivir en nosotros.

- + El plan de Dios consiste en que estemos, como hombres, consciente y libremente, orientados a Jesucristo (Rm 8,29).
  - Y el pecado es la orientación en sentido contrario.
- + El plan de Dios es incorporarnos a Jesucristo (Ef 1,3-10).
  - Y el pecado es la negativa a dejarnos incorporar a él y por él,
  - es no querer tener nada que ver con Jesucristo.



- + El plan de Dios es darnos por Jesucristo vida divina (2 Ts 2,14),
- y el pecado es la muerte de Jesucristo en nosotros.
- + El pecado es la muerte de Jesucristo en nosotros (Hb 6,4-7)
- y por eso nuestro propio aniquilamiento.

Por el pecado "*Dios ha muerto...*" Siempre que muere Dios es porque lo matan, es por el pecado que rechaza a Jesucristo. Por eso todos nosotros nos hemos convertido, en cuanto de nosotros depende, de una forma total y definitiva, en hombres sin Cristo. Por sí misma la muerte tiene carácter total y definitivo.

El rechazo llegó hasta la muerte porque hemos negado a Cristo el acceso total a la realidad de nuestra existencia. Pero el Padre resucitó a Jesucristo... para sí mismo, para la creación, y también para nosotros... El Padre ha querido seguir dándonos a Jesucristo... aunque nosotros lo matamos... y seguimos dándole muerte en nosotros con el pecado... Y Jesucristo ha permanecido fiel a su Padre... y a nosotros...

### Coloquio

*Imaginando a Cristo Nuestro Señor delante y puesto en cruz... meditar cómo de Creador vino a hacerse hombre, y de vida eterna a muerte temporal, y así a morir por mis pecados...etc. (Ej. 53).*

Pero el padre dijo a sus criados:

"Traigan aprisa el mejor vestido y vístanlo, pónganle un anillo en su mano y unas sandalias en los pies.

Traigan el novillo cebado, mátenlo, y comamos y celebremos una fiesta, porque este hijo mío estaba muerto y ha vuelto a la vida; estaba perdido y lo hemos encontrado."

Y comenzaron la fiesta.

"Su hijo mayor estaba en el campo y, al volver, cuando se acercó a la casa, oyó la música y las danzas; y llamando a uno de los criados, le preguntó qué era aquello.



# la conversión



El le dijo:  
"Ha vuelto tu hermano  
y tu padre ha matado el  
novillo cebado,  
porque lo ha recobrado  
sano."

## Petición

Que nos conceda Jesucristo la verdadera conversión a El.

*"Conviértenos a ti, oh Yahvéh, y nos convertiremos,  
haznos volver, y volveremos" (Lm 5,21; Jr 31,18).*

*"Tú sabes, Yahvéh,  
que no depende del hombre su camino,  
que no es del que anda enderezar su paso.  
Corrígenos, Yahvéh, pero con tino,  
no con tu ira,  
no sea que nos deshagas." (Jr 10,23-24)*

## I. Los Profetas

+ La conversión que predicaban los profetas consistía en apartarse del mal, en ser fiel a la Alianza y volver a Yahvéh. En el A.T. y en todos los profetas hasta Juan el Bautista, la conversión tiene sentido moral; es dejar las malas obras y volver al buen camino.

*"Conviértanse porque el Reino de los Cielos está cerca.  
Este es el anunciado por el profeta Isaías cuando dice:  
Voz que clama en el desierto:  
Preparen el camino del Señor,  
rectifiquen sus sendas.  
Raza de víboras,  
¿Quién les ha enseñado a huir de la ira inminente?  
Den digno fruto de conversión,  
y no se contenten con decir en su interior:*



*Tenemos por padre a Abraham;  
 porque les digo que puede Dios,  
 de estas piedras dar hijos a Abraham.  
 Ya está el hacha puesta a la raíz de los árboles;  
 y todo árbol que no dé buen fruto será cortado  
 y arrojado al fuego  
 El que viene detrás de mí...  
 en su mano tiene el biello  
 y va a limpiar su parcela:  
 recogerá su trigo en el granero,  
 pero la paja la quemará con fuego que no se apaga (Mt 3,2s).*

Los motivos son la ira de Dios inminente, y los castigos consiguientes. Dios es un ser vivo a quien le afecta la vida y conducta de los hombres. Es juez y se da cuenta de todo. El temor motiva la conversión (Jr 4,1s).

Los profetas predicán la conversión en la tristeza, el temor, el arrepentimiento, el dolor y la confusión (Jl 2,12s).

La penitencia es su signo sensible. Juan practicaba el bautismo como signo de una purificación interior.

## II. Jesús

+ Jesús también predica la conversión. Y exige del hombre una decisión fundamental, una forma distinta de comportarse en el mundo, una actitud distinta ante los semejantes, principalmente ante los más necesitados; trasmite una forma distinta de comprenderse a sí mismo y de pensar en Dios. Dice que la salvación no está solamente en el cumplimiento formal de la ley.







El mandamiento del amor es la ley vital del Reino. Y no se ha de expresar sólo en palabras y sentimientos, sino en la capacidad para dar (Mt 5,42) y de darse, en la disponibilidad al servicio (Mc 10,42-45; Lc 22,24-27), en las obras de caridad de todo género (Mt 25,31s). Es un amor que tiene carácter de ilimitado, especialmente dirigido al pobre y al necesitado, con los que Jesús se identifica y aun a los enemigos.

Jesús anuncia no el tiempo de la ira inminente, sino el momento presente como el tiempo de la gracia y el perdón (Mc 1,15).

Jesús dice que es el amor de Dios que nos busca, lo que nos ha de mover a la conversión. La conversión es exigencia del amor y no fruto del temor. Dios más que un juez es un Padre (Lc 15,1-32).

Penitencia significa arrepentimiento, separación del pecado y completo abandono en Jesús como maestro, Señor, y guía que da la vida. No es un acto de humildad humana, o de superación de uno mismo, sino el dejarnos dominar por la gracia. En los profetas era la gracia prometida, en Jesucristo es la gracia presente.

Para Jesús, debe corresponder a la gracia presente de la conversión, una gran alegría y entusiasmo porque el Reino de Dios ha llegado. Sus discípulos, por pertenecer al reino, deben superar la ley (Lc 18,10-14).

Pero lo más importante, lo característico del amor que predica Jesucristo no es el heroísmo, ni la esperanza en la recompensa futura, ni la necesidad urgente, es la alegría del reino, el reconocimiento del perdón experimentado y, sobre todo, el po-



der alcanzar a Jesús en los demás; el ser como El.

### III. Los Apóstoles

+ La conversión en la predicación de los apóstoles significa hacer de Jesús el centro de la vida -actitud radical de fe, esperanza y amor- y seguirlo. No se convierte quien no sigue a Jesucristo.

No se trata de un cambio de creencia, sino de aceptar la salvación que se nos da en Jesucristo.

La conversión se une íntimamente con la fe en Cristo, a quien los hombres han crucificado, pero a quien Dios ha resucitado, lo ha colocado a su diestra y lo ha constituido "*Señor y Mesías*" (Act 2,36)

Hacerse cristiano no es un cambio de opinión ni una nueva conciencia ética; es una relación nueva y personal con Cristo y con los demás, que debe manifestarse en un cambio de vida.

Convertirse significa no solamente renunciar al mal sino a todo aquello que nos impida seguir a Jesucristo en actitud creativa; porque cada quien tiene que hacer su propio camino.

Volver a Dios significa volver a Jesucristo, y volver a Jesucristo se traduce en volver a los demás. Es la vida entera la expresión del hombre. Convertirse significa para los apóstoles, orientar la vida entera, en actitud de fe, esperanza, amor y servicio a Jesucristo y a los demás.







Por eso decía San Pablo:

*"Es cierta y digna de ser aceptada por todos esta afirmación:  
Cristo Jesús vino al mundo a salvar a los pecadores;  
y el primero de ellos soy yo.  
Y si hallé misericordia,  
fue para que en mí primeramente manifestara Jesucristo  
toda su paciencia  
y sirviera de ejemplo a los que habían de creer en Él  
para obtener la vida eterna" (1Tm 1, 15-16).*

### Coloquio

Puedes dirigirte a Jesús con palabras semejantes a las de Jeremías:

*"Cúrame, Señor, y yo quedaré curado;  
sálvame, y yo seré salvado,  
pues mi honor y mi gloria eres Tú" (Jr 17, 14).*

Háblanos, Señor, y te escucharemos;  
búscanos y te encontraremos;  
conviértenos, y nos convertiremos;  
ilámanos, y te seguiremos.



El se irritó y no quería entrar.  
Salió su padre,  
y le suplicaba.  
Pero él contestó a su padre:  
"Hace tantos años que te sirvo  
y jamás dejé de cumplir una  
orden tuya,  
y nunca me has dado un  
cabrito para tener una fiesta  
con mis amigos;  
y ¡ahora que ha venido ese  
hijo tuyo,  
que ha devorado tu hacienda

con prostitutas,  
has matado para él el novillo  
cebado!"  
"Pero el padre le dijo:  
"hijo, tú siempre estás  
conmigo,  
y todo lo mío es tuyo;  
pero convenía celebrar una  
fiesta y alegrarse,  
porque este hermano tuyo  
estaba muerto, y ha vuelto a  
la vida;  
estaba perdido, y lo hemos  
encontrado."







**Para San Pablo, la vida espiritual  
es un combate interior**

"Nuestra lucha no es contra hombres de carne y hueso, sino contra (fuerzas espirituales) los Principados, las Potes-  
tades, contra los dominadores de este mundo tenebroso,  
contra los *esíritus del mal que están en las alturas*. Por eso  
tomen las *armas de Dios*, para que puedan resistir en el  
momento difícil, y después de haber vencido, mantenganse  
firmes.

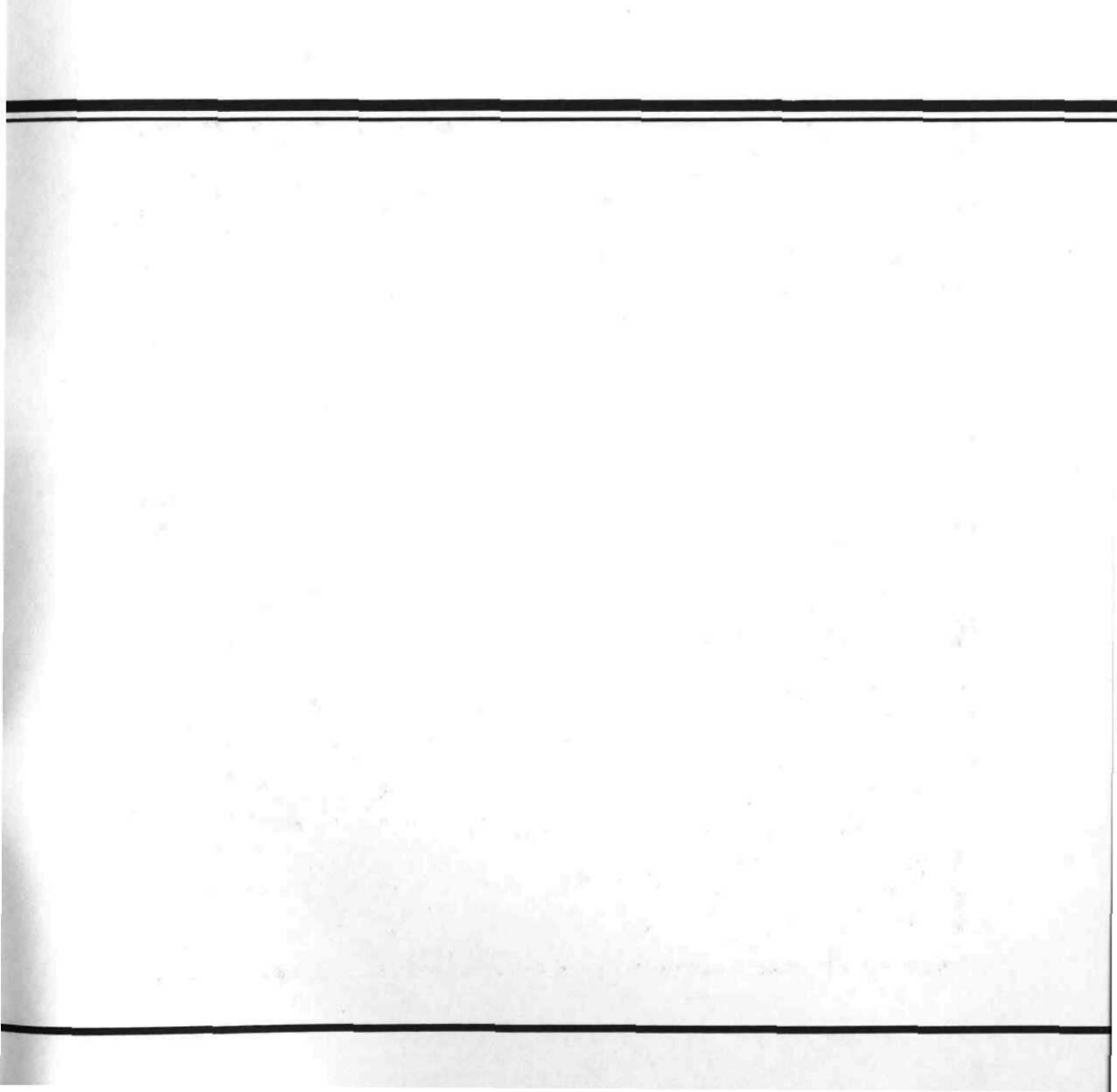
*¡De pie!, pues; ceñida su cintura con la verdad y reves-  
tidos de la justicia como coraza, con los pies calzados con  
el celo del Evangelio de la paz, siempre con el escudo de la  
fe, para que puedan detener con él todas las flechas encen-  
didas del maligno.*

Cúbranse también con el casco de la salvación y la  
espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios.

Al mismo tiempo, manténganse en oración y súplica,  
orando en toda ocasión en el Espíritu, velando juntos con  
perseverancia e intercediendo por todos los santos."

(Ef 6, 10-19)













4  
**conmigo**



**EL HOMBRE, ADAN,  
HECHO A IMAGEN Y SEMEJANZA DE JESUCRISTO.**

**portada  
Catedral de Chartres  
siglo XIII  
detalle del pórtico norte.**



juan manuel garcía de alba s.j.

jesús y su llamamiento

¿si quieres venir?

4  
**conmigo**







Casi todas las personas intuyen que su vida tiene un significado y un gran valor. Que existe un quehacer en el mundo, que ha de ser valorado, al menos por la persona que lo realiza, y que ha de llenar la vida de felicidad.

Todos queremos saber qué es lo que se ha de hacer en el mundo y cuál es el sentido de nuestro trabajo personal. La pregunta se hace más interesante y urgente cuando se personaliza:

¿Para quién vivo y trabajo yo?

¿Qué podría hacer yo que valga la pena?

¿Quién espera mi presencia y mi trabajo?

¿Se obtiene algún fruto cuando se entrega el trabajo, y la vida?

A estas preguntas San Ignacio ofrece una respuesta que cada quien debe hacer suya a través de los Ejercicios. Una meditación típicamente ignaciana da las pistas para esas respuestas personales. La meditación se llama "el Rey Temporal", la presentamos ahora en este cuadernillo.

La historia de toda vocación, incluso la del matrimonio, o la elección de una carrera, surge en la vida como una decisión.







A pesar de sus condicionamientos el hombre es suficientemente libre para orientar su vida en orden a Alguien y a algo. Es posible que el hombre tome una opción o muchas, que orienten su vida en una dirección y para siempre.

A través de una parábola, de un acontecimiento bíblico, y de algunas consideraciones, el Señor puede presentarse en tu vida y hacerte una invitación.

Jesús llama desde la experiencia, la sensibilidad, la percepción de cada persona. Él está suscitando una forma de reaccionar ante los problemas; él sugiere, y despierta la esperanza de una solución.

Jesús habla a través de la realidad externa que, por su acción, se convierte en un llamamiento interno. Lo verdaderamente urgente e importante no es el trabajo, lo que hay que hacer; sino aquél que exige ser reconocido como el Señor de la vida, Aquel con quien habrá que compartirlo todo en adelante.

*Lo importante es Jesús y no el estilo de vida. Igual que en el matrimonio: el vínculo es con la persona, y lo que se da y se recibe es amor; lo demás son las consecuencias de amar.*

Quando se da el amor es como si todo se diera. Y el don de todo sólo vale cuando se da el amor.



1.- Jesús de Nazaret, que es Dios vivo y trasciende la historia, es quien llama al hombre a ser cada vez más humano y a interesarse por los demás.

2.- Jesús da a cada persona una misión particular vinculada necesariamente con el bien de los demás y no solo en provecho propio.

3.- Jesús, que es sensible a las necesidades concretas de los hombres, espera una respuesta concreta que puede formularse con palabras y con actitudes. El ideal es que la respuesta se exprese con palabras y actitudes al mismo tiempo.

4.- La misión de Jesús presentada en el Evangelio está directamente vinculada con nuestra propia misión. Jesús nos llama a vivir nosotros lo que El vivió, a trabajar por lo que El trabajó.

5.- Jesús está siempre de parte del hombre y con todas las personas, incluso con aquellos que se niegan a responder, pero particularmente acompaña en el trabajo a aquellos que aceptan su misión.

6.- Para visualizar todo esto, que es al mismo tiempo un compendio de la misión de los apóstoles y discípulos, San Ignacio propuso la meditación del Rey Temporal.





# la parábola del rey temporal



## EL REY TEMPORAL

Hubo una vez un rey,  
elegido por Dios Nuestro Señor,  
con poder de escuchar, atender y auxiliar a todos sus súbditos,  
reconocido por todas las naciones,  
que supo ganarse el cariño y la admiración de cada uno,  
y de todos los hombres.

## EL LLAMAMIENTO

Ese rey,  
de quien nos debemos formar la más fabulosa idea,  
se dirige a cada uno de sus súbditos para exponerles su deseo y  
después proponerles una misión.

Les dice:

—Yo quiero liberar de todo tipo de opresión a todos los hombres:  
Quiero que los hombres sean cada vez más humanos,  
que busquen cada día la verdad,  
que trabajen por la paz,  
que libremente elijan lo mejor,  
que antepongan a todo la persona humana,  
que se esfuercen por estar unidos,  
que sacrifiquen su vida por la justicia, la rectitud, la honradez y  
la santidad.

En una palabra que luchen contra todo lo que vayan viendo que  
está mal y favorezcan cuanto crean que está bien,  
o pueda estar mejor.

Y por encima de todo les propongo crear una amistad continua e  
indestructible.

De tal manera que si quieren venir conmigo yo siempre  
estaré con ustedes,



y nunca habrán de hacer algo que exceda sus fuerzas  
y en lo que yo no los ayude;  
estarán conmigo en la lucha,  
y también estarán conmigo en el triunfo;  
trabajarán conmigo  
y descansarán

# conmigo

## LA RESPUESTA

Podemos suponer lo que ha de contestar un buen súbdito a tan personal invitación y a objetivos tan nobles, y si a alguno no le interesa su bien personal y el ajeno piense cuánto debería ser tenido por un hombre descastado y por "perverso caballero".

Hasta aquí todo es parábola y fruto de la imaginación.

Ahora habrá que pensar en Cristo, en el Evangelio y en nuestra propia historia, experiencias y posibilidades.





# jesús y su llamamiento



## jesús

Los Evangelistas presentan a Jesús de Nazaret como "el enviado del Padre", como el Hijo de Dios; como Dios y Señor. Por su resurrección se le ha dado todo poder en el cielo y en la tierra.

Jesús envía a sus discípulos como el Padre lo envió a El, y con los mismos fines para los que El fue enviado. Jesús *comunica su espíritu a sus discípulos y coopera con ellos para que puedan realizar su obra.*

### EL LLAMADO

El primer llamamiento de Jesús al hombre es para que logre su más plena realización y desarrollo, es el llamamiento más urgente a que sea humano. A que no se constituya a sí mismo el centro de todo, a que se interese por los demás, y construya, desde sus posibilidades, un mundo más libre y más justo.

Durante su vida pública Jesús llamó a los que quiso y sigue llamando libremente a los que El quiere. El motivo último del llamamiento no son las cualidades ni los méritos de las personas, sino la voluntad y el amor de Jesús. El llama por amor y espera una respuesta por amor.

Jesús no se opone a la libertad de la persona a quien llama, más aún la respeta y la apoya. Jesús llama a aquéllos en quienes él mismo va haciendo posible la respuesta.

Jesús invitó a sus discípulos a colaborar con El, esta invitación la sigue haciendo a todos los hombres.



Dice que hará de algunos, verdaderos pescadores de hombres, o sembradores de su palabra, (Lc. 5,10) (Mt. 13, 14-46) o médicos de personas, (Mt. 10,1) o constructores de la Iglesia y de un mundo más humano

Lo verdaderamente importante es servirlo y hacer algo por los demás.

Cuando el invidiuo sale de su propio interés y se preocupa por los demás, o cultiva el bien, la verdad, la paz, la unidad, es señal clara de que Dios lo mueve y lo llama. Cuando el hombre se entrega a los demás o a algo que redunde en el bien de todos, como la producción o la distribución de los bienes, la justicia y la paz de los hombres, la unidad y al amor recíproco, Jesús siempre está con él.

## LA RESPUESTA

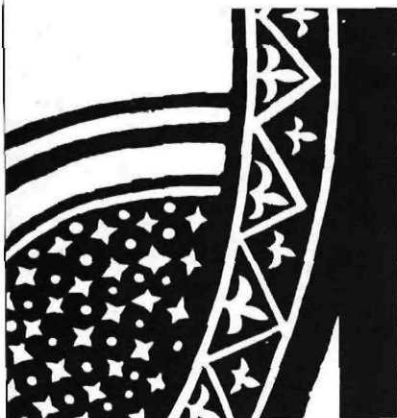
Jesús espera de cada persona una respuesta en un momento dado, ya sea con palabras, con actitudes o con la vida.

Toda forma de vivir encierra una respuesta; a una forma de vida corresponde una respuesta; y a una respuesta una forma de vida.

Es muy bueno considerar cuál ha de ser nuestra respuesta a Jesús. Esa respuesta que se manifestará en la vida. Es importante considerar con cuánta verdad queremos comprometernos con él en servicio de los demás. Quien decida hacer algo en la vida, o hacer algo con su vida,







en servicio de Cristo y de los demás, habrá hecho algo de mucho valor y de mucha trascendencia, porque darle vuelo y sentido a la vida en favor de los demás es muy importante para todos e inmensamente grato a Jesucristo.

Muchos textos bíblicos sugieren la disponibilidad con que hay que responder a Jesús:

"Señor, si eres tú mándame ir a ti" (Mt. 14,28)

"Te seguiré, Señor, a donde quiera que vayas" (Mt. 8, 19)

"A quién iremos si solamente tú tienes palabra de vida eterna"  
(Jn. 6, 68)

"Habla Señor que tu siervo escucha" (1 Sm. 3, 9)

"Ven y sígueme" (Mt. 9,9)

## la respuesta sugerida por san ignacio

Eterno Señor de todas las cosas, yo hago mi oblación, con vuestro favor y ayuda, delante vuestra infinita bondad, y delante vuestra Madre gloriosa y de todos los santos y santas de la corte celestial, "que yo quiero" y deseo y es mi determinación deliberada, sólo que sea vuestro mayor servicio y alabanza, de imitaros en pasar todas injurias y todo vituperio y toda pobreza, así actual como espiritual, queriéndome vuestra santísima majestad elegir y recibir en tal vida y estado.



El primer llamamiento de Cristo es para que el hombre sea más humano y se interese por los demás.

Luego llama a la fe; es una invitación a fiarse de él y a aceptar los bienes de la salvación. Por eso la vocación siempre se funda en la fe, la confianza y el amor, y va encaminada hacia la salvación de la persona y de todos los hombres. El hombre no se salva aislado, sino construyendo la salvación de todos.

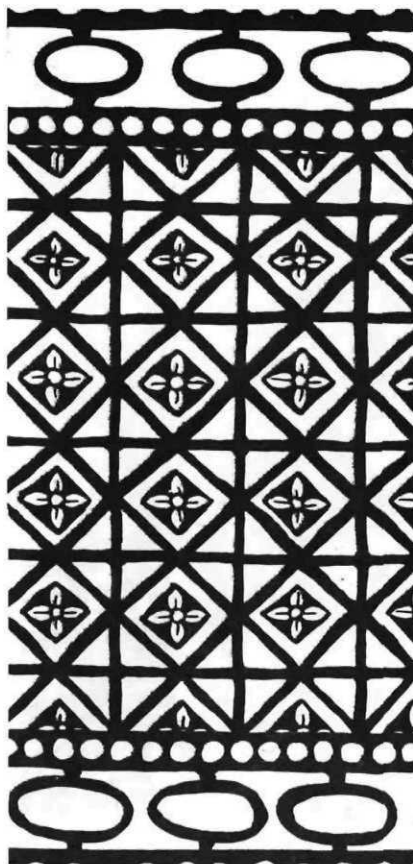
La vocación particular es un llamamiento personal para desempeñar una tarea o una misión en el mundo.

Jesús a través de su palabra, en el Evangelio, y a través de impulsos internos, va haciendo sentir y diciendo qué es lo que espera de cada uno.

Su llamamiento guarda una relación estrecha con el Evangelio y con el servicio a los demás; es una forma de realización personal que satisface y va de acuerdo con la persona. Supone y necesita, de forma indispensable, cierto grado de aptitudes. Obviamente nadie está llamado a hacer algo que no pueda llegar a hacer. La vocación es una meta dentro de las posibilidades reales de una persona, pero también es una llamada a la confianza en Dios y a la trascendencia, es decir, a ir más allá de los propios límites.

Hay que confiar para superar las dificultades pero con sentido de la realidad. La realidad, aquello que no se puede superar, es también un mensaje de Dios.

El primer llamamiento de Jesús a todo hombre es para que cada uno se esfuerce en ser cada vez más humano.







Jesús es la expresión más clara de lo humano de los hombres y de Dios, y por eso ser como Jesús es ser cada vez más humano, y asimismo, la persona que va creciendo en humanidad se va acercando a Jesús.

Crecer en humanidad significa optar por el bien, la verdad, la virtud, significa salir del propio interés e interesarse por los demás. El compromiso y la entrega a los demás encierra, en su núcleo más profundo, una relación viva con Jesús. Quien ayuda a otra persona, aunque no lo sepa, puede estar seguro de que le da la mano a Jesús. Esta es la relación que verdaderamente satisface al hombre, y la única capaz de sostenerlo aun en medio de su soledad.

El compromiso con "una causa" o con una idea, o proyecto de vida o de trabajo, no corresponde al amor de la persona. Las causas y las instituciones, lo mismo que las ideas, siempre son impersonales, inconscientes, insensibles. Cuando se anteponen a las personas se hacen inhumanas. Y no es satisfactorio para el hombre amar aquello que no corresponde con amor, y casi siempre que el hombre ama o entrega su vida a una institución, a una causa, o a una idea, se siente defraudado por su abstracción. Lo que al hombre satisface es la entrega por amor y la respuesta personal de la otra parte.

El amor y el servicio a Dios y a los demás se complementan y se necesitan mutuamente. Ni sólo el amor y el servicio a los demás, porque los demás no son el fin último de la vida del hombre, ni el origen del llamamiento, ni aquello que da sentido a la vida. ¿Por qué los demás han de tener más derecho a mi respuesta que el que tengo yo a quedarme callado?

Ni sólo el amor y servicio a Jesucristo, porque se pierde el sentido social del hombre y la dimensión apostólica del llamamiento.



Moisés fue un hombre a quien Dios le propuso una misión, un quehacer: liberar al pueblo de Israel de la opresión de los Egipcios (Ex. 3,3s).

Dijo Yahvéh:

"Bien vista tengo la aflicción de mi pueblo en Egipto, y he escuchado el clamor que le arrancan sus capataces; pues ya conozco sus sufrimientos. He bajado para librarle de las manos de los egipcios y para subirle de esta tierra a una tierra buena y amplia; a una tierra que mana leche y miel.

Dios es sensible a los sufrimientos de los hombres. Todo lo que pasa a los hombres le afecta a Dios. Dios está comprometido en la libertad del hombre. La libertad es un don divino y un imperativo que impulsa al hombre a no ser esclavo de nada ni de nadie.

"El clamor de los hijos de Israel ha llegado hasta mí y he visto además la opresión con que los egipcios los oprimen. Ahora ve; yo te envío al faraón para que saques a mi pueblo, los hijos de Israel, de Egipto.

Ante la misión Moisés toma conciencia de su ser personal y de su pequeñez. La tarea sobrepasa con mucho sus fuerzas.

Dijo Moisés a Dios:

"¿Quién soy yo para ir al Faraón y sacar de Egipto a los hijos de Israel?"







La misión es origen de una pregunta sobre la propia persona y sobre sus posibilidades. La misión no es obra exclusiva del hombre.

Respondió Yahvéh:

"Yo estaré contigo  
y esta será la señal de que yo te envío:  
cuando hayas sacado al pueblo de Egipto  
darán culto a Dios en este monte".

Dios le ofrece a Moisés estar con él y confortarlo. Ese mismo ofrecimiento es para todo el pueblo. Es necesario poner la confianza en Dios. Y después celebrar la liberación para seguir siendo libres. La libertad, cuando no se celebra, se pierde.

Moisés se encontraba en el desierto, sin saber a dónde ir, e hizo esta oración: (Ex. 33,12s).

Dijo Moisés a Yahvéh:

"Mira, tú me dices:  
haz subir a este pueblo;  
pero no me has indicado a quien enviarás CONMIGO;  
a pesar de que me has dicho:  
Te conozco por tu nombre,  
y también:  
has hallado gracia a mis ojos".

Moisés le recuerda a Dios la misión que le ha confiado, y que él ha aceptado, pero se queja de haber sido metido en el desierto sin un guía, ni mapa, ni dirección.



Se siente defraudado de Dios. Dios le había dicho que lo conocía perfectamente; lo que significaba una relación personal muy profunda y también le había dicho Dios que lo amaba con toda el alma —has hallado gracia a mis ojos—. Moisés siente la incoherencia de Dios.

Ahora pues, si realmente he hallado gracia en tus ojos,  
hazme saber tu camino,  
para que yo te conozca a ti  
(y yo también te quiera con toda el alma)  
y halle gracia a tus ojos,  
y mira que esta gente es tu pueblo”.

Dios no le va a dar a Moisés una dirección, un itinerario, un mapa o un guía. El pueblo, y cada hombre en particular, necesita algo más personal y más vivo.

Respondió Yahvéh a Moisés:

“Yo mismo iré contigo y te daré descanso”.

Dios conoce más que el hombre lo que éste necesita. Un mapa o un itinerario no puede satisfacer las necesidades del corazón. Es el mismo Yahvéh el que acompaña al hombre, y El es, también, su descanso y su meta.

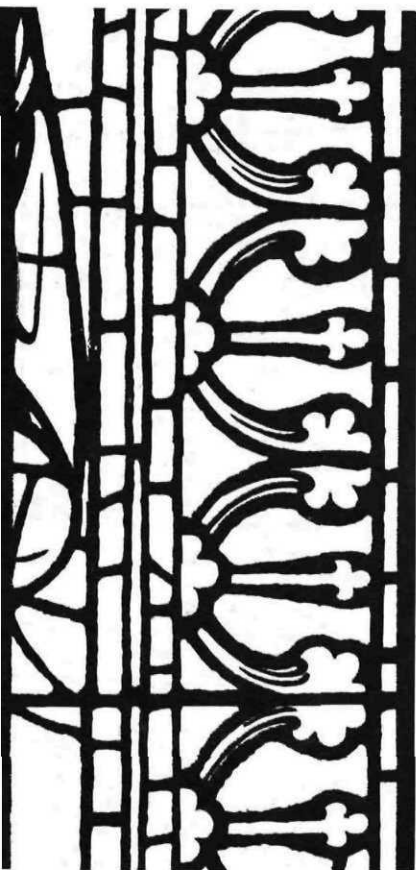
Contestó Moisés a Dios:

“Si no vienes tú mismo, no nos hagas partir de aquí”.

Yahvéh conoce mejor que Moisés sus necesidades y las de su pueblo. Un guía o un mapa podrían convertirse en ídolos. Yahvéh quiere la compañía del hombre; y el hombre necesita la compañía de Dios.







Le contestó Moisés:

"Si no vienes tú mismo, no nos hagas partir de aquí  
Pues ¿en qué podrá conocerse que he hallado gracia a tus ojos,  
yo y tu pueblo, si no es eso precisamente,  
en que tú marches con nosotros? "

Si Dios no va con el hombre no hay misión que prevalezca.  
¡Que se olvide Dios de su libertad y de su llamamiento,  
que se olvide de su pueblo y que no nos haga partir de aquí!  
La vocación vale cuando hay una esperanza y un acompañamiento.

El acompañamiento de Dios distingue a Moisés y a su pueblo, de todos los hombres y los pueblos del mundo. Dios es un Dios que camina con su pueblo, y el pueblo es un conjunto de personas que caminan con su Dios.

"Así nos distinguiremos yo y tu pueblo  
de todos los pueblos que hay sobre la tierra".

Moisés pide la compañía de Dios no sólo para él sino para todo el pueblo de Israel.

Respondió Yahvéh a Moisés:

"Haré también esto que me acabas de pedir,  
pues has hallado gracia a mis ojos y te conozco por tu nombre".

Porque te conozco a fondo y te quiero con toda el alma.



Seguir y servir a Jesucristo pide de nuestra parte el formarnos alguna idea de cómo y en qué se le ha de servir y seguir, dado que sus circunstancias y las nuestras son diversas.

Lo que Jesús dijo e hizo, vinculado con su persona, fueron las circunstancias concretas en que realizó su misión. Cada uno de los evangelistas trata de darnos una imagen de Jesús para que nosotros nos formemos la nuestra. Y la imagen que cada quien se forma debe brotar del Evangelio y de la fe en Cristo vivida en la Iglesia.

El Evangelio no es solamente el texto escrito, es además, la acción que el mismo Jesús obra dentro de nosotros al leerlo.

El Evangelio es el testimonio de Jesús, y Jesús mismo que llega y actúa en nosotros.

Cada quien tiene su forma particular de captar el Evangelio; porque son diversas las formas de ver, de pensar y de amar.

La imagen que tú te formes de Jesús va a ser muy importante en tu manera de amarlo y seguirlo y en la inspiración que dé a tu vida. Cada uno debe pintar la imagen del Cristo que quiere venerar.

Pero consciente de que su imagen es solamente una visualización, (concretización) de Cristo vivo.

Jesús con su vida concreta e irrepetible es el modelo de cada uno de nosotros como seres personales e irrepetibles en nuestra vida concreta y única.

El término de comunión es Jesús, y el elemento en que la comunión se manifiesta es la vida distinta. Jesús en sus circunstancias concretas, no es imitable, ni debe serlo en aquello que fue una respuesta situacional a condicionamientos de







su tiempo, que ya no es el nuestro. Aquello de Jesús que ha de prolongarse en nosotros es su forma de pensar, sentir, amar, servir y ser, y su forma de vincularse con el Padre y con los hombres.

Copiar en la vida los datos de la vida de Jesús puede ser un signo de amor sincero, objetivamente valioso, pero no una forma apostólica de servir. De ahí que solamente en algún momento y como signo de amor, Jesús deba ser imitado en sus humillaciones y persecuciones. Jesús debe ser imitado en la aceptación y en su esfuerzo por cambiar una situación concreta; en la aceptación y no en la elección de una circunstancia de vida, de pasión y muerte de cruz.

Por nuestra situación particular y distinta, hemos de reproducir la imagen de Jesús de un modo nuevo y creativo. Jesús es un principio vivo de inspiración continua y no un modelo estandarizante.

Ni siquiera en la historicidad concreta de Jesús la plenitud de su Espíritu se expresa absolutamente. Jesús debió de ser más grande que sus circunstancias. Lo cual no es una hipótesis sino un hecho que se repite en cada persona.

Jesús pide de nosotros una relación positiva con los valores humanos, la cultura y los bienes terrenos, la persona de sexo opuesto, la estructura social, los medios de comunicación, la política, etc.

El Evangelio nos ha de impulsar a tomar las riendas del mundo más que a abandonarlo.

El mundo moderno se está muriendo de hambre y sed de justicia y santidad en la vida ordinaria.



La salvación es una realidad que se ha de manifestar también en el momento y en el mundo presente; la vida cristiana y el impulso evangélico nos ha de llevar a comprometernos con el mundo para transformarlo.

Cristo nos llama no a elegir el dolor sino a tratar de evitarlo.

Actualmente debemos luchar para que toda la gente tenga lo necesario. Hay que luchar contra la pobreza, sin poner el corazón en nada, para producir tanto que a nadie le falte lo necesario.

Si dejamos la producción de los bienes en manos ajenas no tendremos derecho ni a recibirlos ni a repartirlos.

No es posible transformar el mundo sin meterse en él, como no es posible que la levadura fermente la masa sin estar en ella.

Huir del mundo y presidirlo ha de formar en nosotros una dinámica tal que nos haga amarlo sin subordinarnos a él. Se ha de construir el mundo de tal manera que no nos aplaste la obra. Vivimos en el mundo para forzarlo a adelantar un poco y no para dejarnos esclavizar por él.

Desgraciadamente el mundo tiene menos deseos de esclavizarnos de los que tenemos nosotros de buscar nuestros amos.

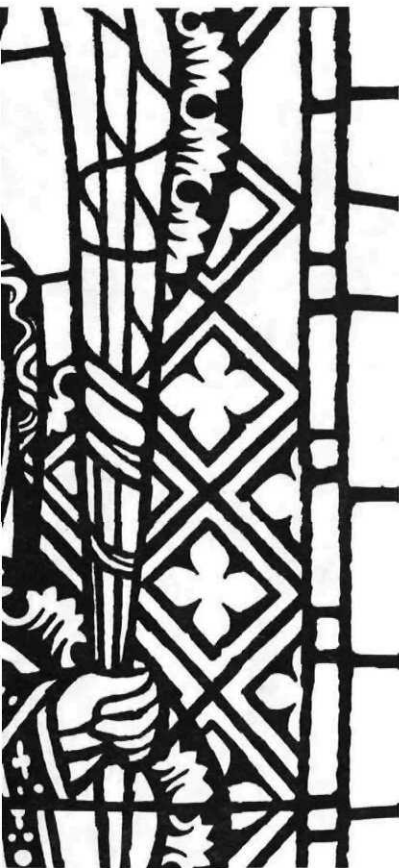
Es una experiencia común y frecuente en la vida espiritual que lo elegido un tiempo para mostrar el amor deja de ser significativo y pasa a ser importante lo que no se eligió. Hay cosas que trae la vida y la experiencia que no caen dentro de nuestra elección, y que sin embargo exigen nuestra aceptación.

La aceptación de Dios trae consigo la aceptación de la vida.

Dado que el mundo en que vivimos, las personas con quienes convivimos, y nuestra existencia, no son fruto de







nuestras personales decisiones, tenemos que aceptar el mundo como algo que nos pertenece y como algo que nos ha sido impuesto gratis. Y precisamente aquí entran en juego nuestras pequeñas determinaciones; aquéllas que sin cambiar el mundo de forma absoluta orientan nuestra vida y determinan nuestra actitud como una existencia positiva, en la dirección de un mundo diferente.

Lo único que da sentido a la renuncia es la elección. Se renuncia a valores auténticos porque se han elegido valores mayores. Lo importante es lo que se elige, la renuncia es una consecuencia de la elección.

La renuncia a valores humanos como la familia, la libertad, la posesión de bienes, hacen más explícito el deseo de servir a los demás, y el amor a Jesucristo.

Pero éstas no son ni las únicas formas de seguirlo ni las más comunes. En todas las personas y en toda forma de seguimiento es necesaria cierta renuncia a valores reales y cierta abnegación, porque ni la persona, ni la vida, ideales o valores son el fin absoluto de la persona.

Todo es medio y nada puede ser rechazado de antemano. Cuando se ha localizado el objetivo todo lo demás resulta un medio. Cuando se reconoce la meta lo demás es sólo un camino.

Dice Jesús:

Les diré cómo es el reino de los cielos: es semejante a un tesoro escondido en el campo que, al encontrarlo un hombre, lo vuelve a esconder y, por la alegría que le da,



va vende todo lo que tiene y compra el campo aquel". (Mt. 13, 44).

Lo importante no es ni vender las cosas, ni comprar el campo, sino adquirir el tesoro. De la misma manera que para el joven rico del Evangelio el mensaje fundamental no consistía en ir, ni en vender, ni en darlo todo a los pobres, sino en seguir a Jesucristo. Si todos los pasos anteriores se hubieran realizado, excepto el seguir a Jesucristo, la vocación de ese muchacho hubiera sido igualmente infructuosa (Lc. 18, 22).

Vivir es elegir.

Vivir es encontrarnos en un tiempo fijo y determinado, vivir es estar aquí en este momento. Pero el vivir aquí y ahora no lleva consigo un destino fijo. En vez de imponernos una trayectoria nos impone varias y, consiguientemente nos fuerza a elegir. Es falso decir que en la vida deciden las circunstancias; o que el hombre ante determinadas circunstancias se verá obligado a decidir en la misma forma. Las circunstancias son el dilema ante el cual tenemos que decidirnós. Y las decisiones pueden ser distintas. Ante las mismas circunstancias el hombre puede decidir su vida en un sentido o en otro. Inevitablemente el hombre se ve urgido a tomar decisiones que orientan su vida para siempre.

Muy ordinariamente, en su juventud, el hombre decide y orienta su vida, en orden a determinados objetivos, para siempre.





## conclusión



El llamamiento de Cristo alcanza a cada uno en sus circunstancias particulares, en sus búsquedas, en sus descubrimientos, en sus relaciones y sus compromisos. Todo cristiano está llamado a realizar en su vida lo que Dios espera de él, y lo que interiormente le inspira.

Quizá no seas tú un Carlo Magno, Colón, Galileo o Einstein; quizá no te toque cambiar el rumbo de la historia. Pero lo que sí te toca es influir un poco para crear un mundo más libre, más justo, más unido. Donde el amor no sea un mito. Donde cada uno pueda descubrir la fórmula de su propia realización. Cada uno ha de encontrar su lugar en el mundo sirviendo a los demás y con conciencia del todo.

No se necesita ser un genio, o una persona importante; lo que se necesita es hacer algo que tenga importancia. Y lo que empieces a hacer ahora es algo que tiene mucha importancia. Es algo que marca el rumbo de tu vida. Es algo que te ha de llenar de valor para resolver la vida como se presente.

Los grandes seguidores de Cristo y los grandes santos son personas como tú.

Los grandes hombres no han tenido menos dificultades que tú para realizar sus ideales.



Jesús no elegía a los discípulos para transmitirles una doctrina solamente, o para capacitarlos a hacer lo que El mismo hacía; los elegía para que estuvieran con El, vivieran con El, y con El trabajaran en el advenimiento del Reino (Mc 3,14). El Reino estaba esencialmente ligado a su persona.

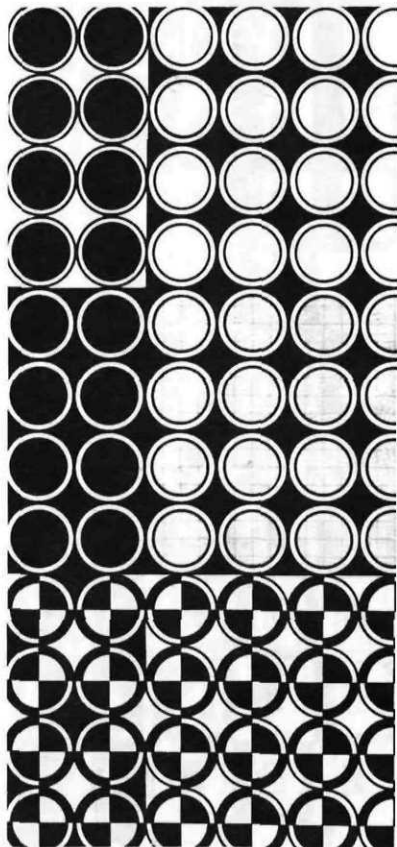
Seguirlo significaba ante todo ir con El, y no tanto estar de su parte o profesar una doctrina. El seguimiento supone una decisión tomada consciente, responsable y libremente; supone una experiencia, aunque sea inicial, de convivencia.

Lo que para nosotros significa "seguirlo" en el siglo XX, quedará claro hasta la resurrección. Al único Cristo al que nos es posible seguir es el que actualmente vive, al resucitado. Ya no será posible seguirlo en lo descriptivo de su vida, en muchos rasgos que pueden ser poéticos; en adelante será necesario seguirlo en su forma de pensar, actuar, sentir y ser. Para lo cual es necesario la acción de su Espíritu y una actitud continua de discernimiento.

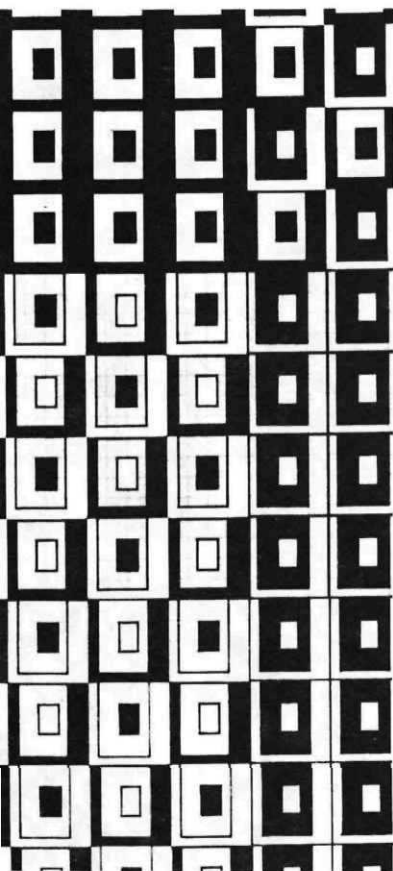
El seguimiento de Cristo es una prolongación de su presencia y acción en nosotros, que supone un continuo ejercicio de discernimiento para hallar la voluntad divina no sólo en la disposición fundamental de la vida, sino en cada momento. Discernir significa distinguir lo que ayuda más de lo que ayuda menos, o lo que nos impide seguir a Jesús.

El seguimiento, entendido al estilo ignaciano, implica la acción de Cristo resucitado en la vida del hombre; supone un continuo discernimiento, exige una discreción en el amor y en la acción, y una gran docilidad a la fuerza del Espíritu.

El ejemplo inmediato y concreto de Cristo, en el momento presente, no es criterio de acción. No se trata de que nosotros también lavemos, como El, los pies a los demás, sino que ocupe-







mos, y no tengamos dificultad en ocupar los últimos puestos y prestar los más bajos servicios.

Es fruto de la segunda semana llegar, por la contemplación de la vida de Jesús, a una total libertad de relación con El. Cada quien tiene una manera personal y única de amar a Jesucristo, y por eso también de seguirlo. Porque el amor inspira el seguimiento. San Ignacio, a través de la contemplación de Jesús, quiere transmitir y dar origen al amor a Jesús, y aumentar la fe en la acción continua de Cristo vivo en el mundo y en los demás.

El seguimiento de Cristo es una comunión de vida con El, es una incorporación en el ser y la vida de Jesús, no sólo en su mensaje y en su acción salvífica. Siguiendo al Señor se prolonga la vida de Cristo en nosotros (Ga 1,16), y se hace el hombre tanto más libre y tanto más él mismo, cuanto más de cerca sigue a Jesucristo.

Siguiendo a Jesús da el hombre con el sentido único de su propia vida. Actualmente, seguir a Jesús no significa caminar físicamente por donde él caminó, sino hacer de él, de su mensaje y de su vida, lo determinante de la propia, la meta por alcanzar y el camino por recorrer. Porque no hay mejor manera de seguir a Cristo que recorriendo cada uno su propio camino, pero iluminados por la fe, la esperanza y el amor a Jesucristo, e impulsados por su Espíritu.

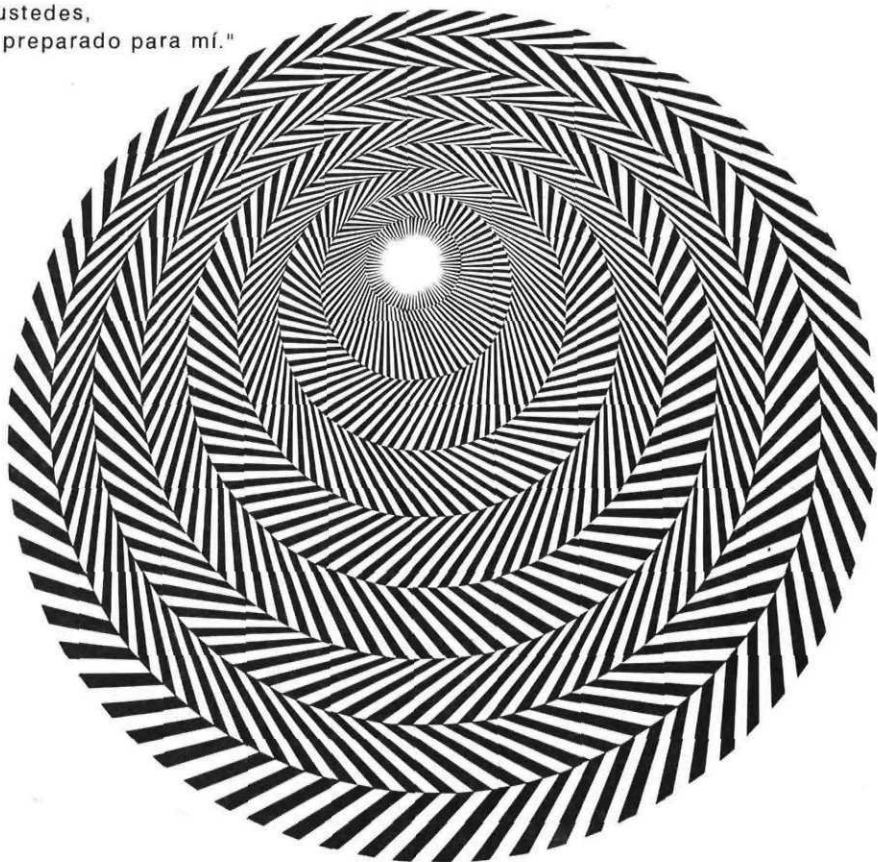
1a. Edición      Agosto de 1985  
2da. Edición    Diciembre de 1987  
3ra. Edición     Junio de 1997

Guadalajara, Jalisco México.



---

"Ustedes han perseverado en mis pruebas, CONMIGO;  
yo, por mi parte,  
preparo un Reino para ustedes,  
como mi Padre lo tiene preparado para mí."  
(Lc 22,28-29).



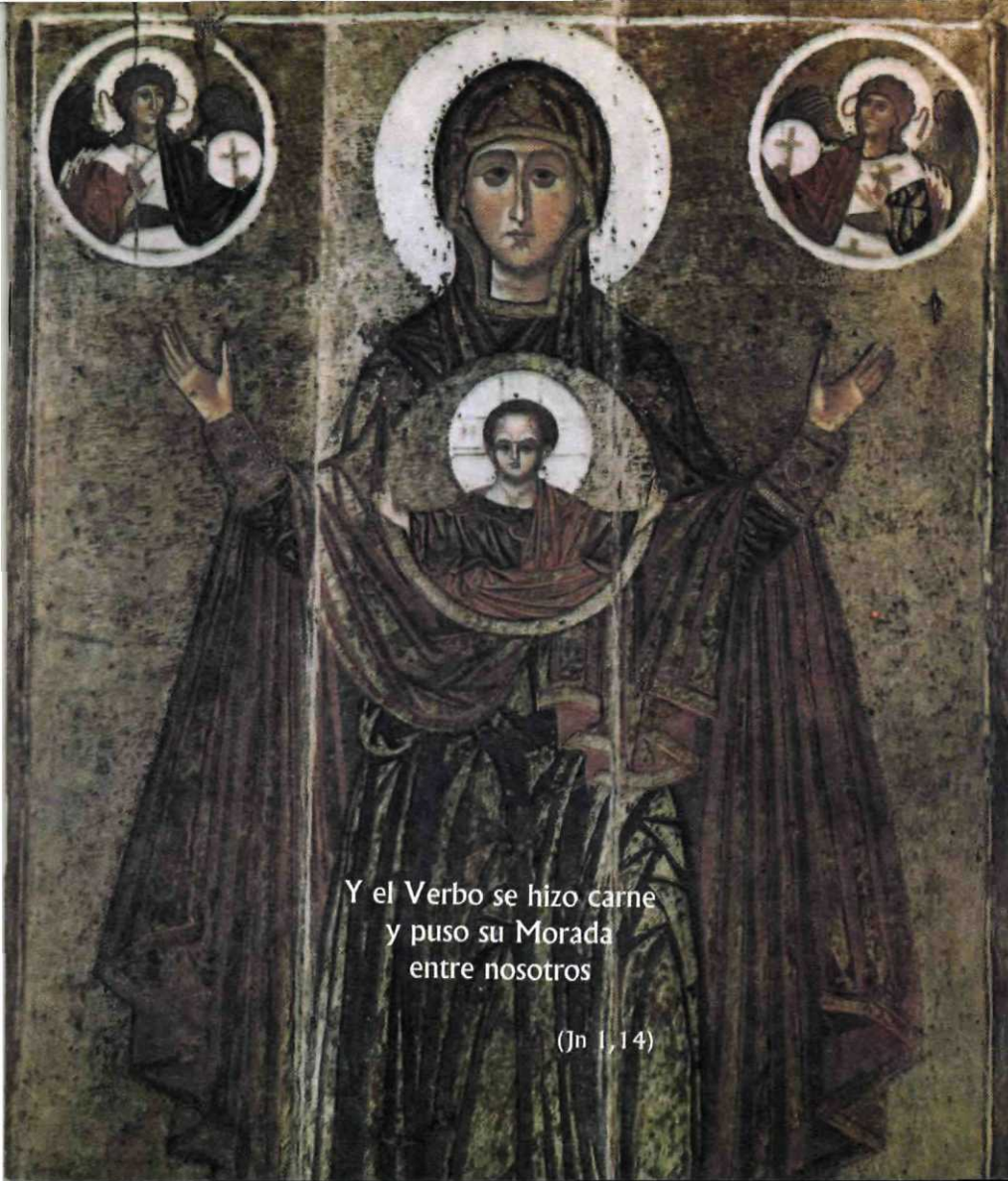




"Y cuando me haya ido  
y les haya preparado un lugar  
volveré y los llevaré conmigo  
para que donde esté yo  
estén también ustedes".

(Jn. 14, 3).





Y el Verbo se hizo carne  
y puso su Morada  
entre nosotros

(Jn 1, 14)

5  
**encarnación**



*Al llegar la plenitud de los tiempos,  
Dios envió a su Hijo,  
nacido de mujer,  
nacido bajo la ley,  
para rescatar a los que se hallaban bajo la ley,  
y para que recibiéramos el don de ser hijos de Dios por  
adopción. (Gl 4,4).*

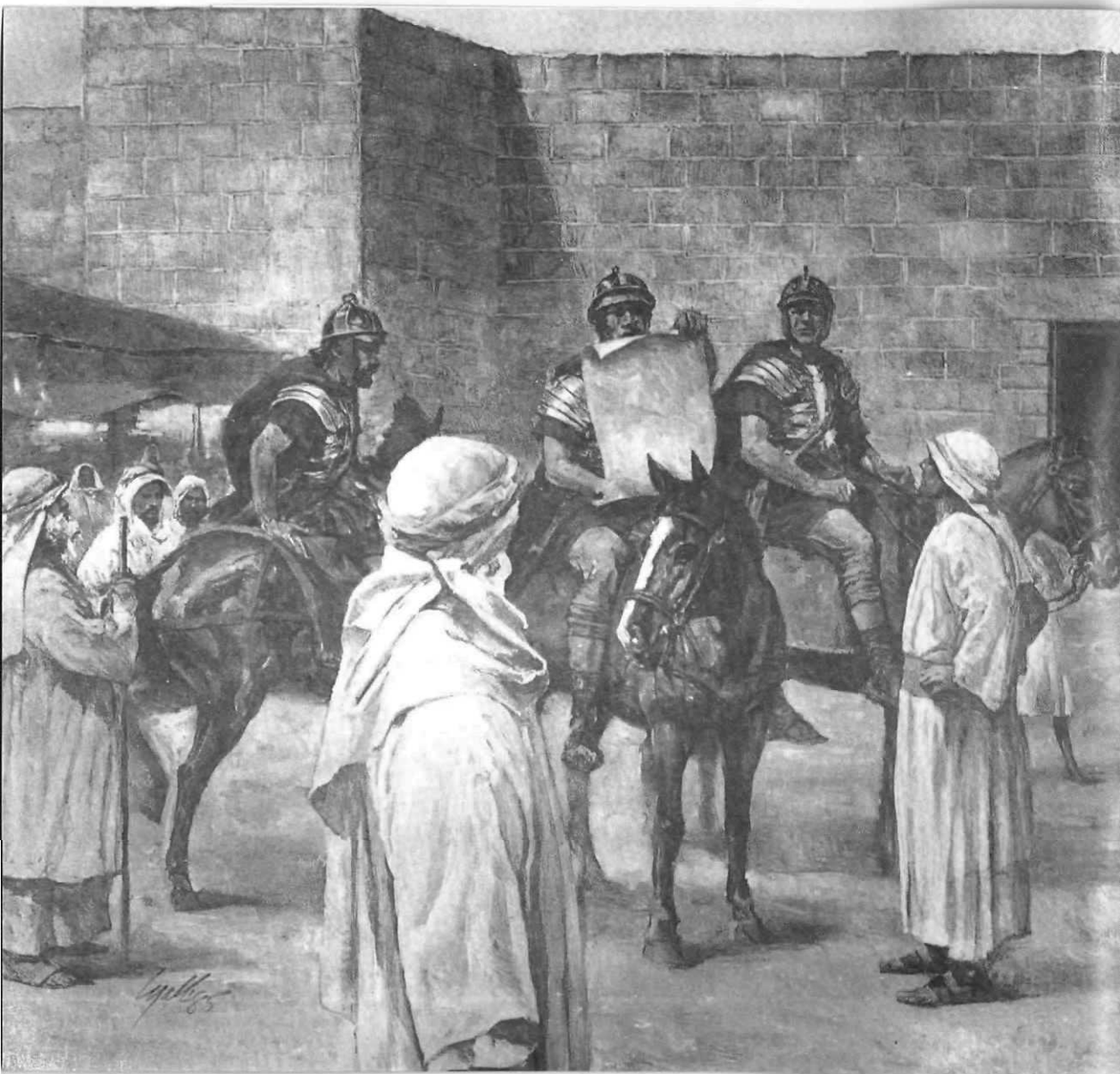


**juan manuel garcía de alba s.j.**

**encarnación  
y primera infancia de jesús**

5  
**encarnación**







## presentación

Este cuaderno toca un punto importante de nuestra fe: responde a la pregunta ¿Quién es Jesús y por qué es tan decisivo en la Historia y en nuestra vida? Nos presenta a Jesús sin palabras, sin mensaje explícito, hecho un niño como tantos, con un padre, una madre y unas circunstancias.

San Lucas y San Mateo, relatan el Evangelio de la infancia para darnos a través de él, más que detalles históricos, un mensaje de fe, en imágenes, circunstancias y acontecimientos concretos. Esto es lo que meditaremos con este cuadernillo.

El fin del hombre, considerado en el Principio y Fundamento, deja de ser algo abstracto para convertirse en el seguimiento de Cristo. La vocación personal y el llamamiento vienen a ser una concretización de la vocación del hombre.

"Reproducir la imagen de Jesucristo" (Rm 8, 29), que es una expresión de san Pablo sobre el sentido y fin de nuestra vida, afecta a toda la persona. La cotidianidad y el trabajo están en relación continua con ese "reproducir la imagen de Jesús" que toca, ante todo, a las actitudes del corazón (Fl 2,1-5). Para esto es necesario mirar detenidamente a Jesús desde el principio hasta el fin de su vida y detenernos en aquello que nos resulte más significativo y donde sintamos que el Señor nos da más su gracia.





# introducción a la segunda semana de los ejercicios



## 1.- La segunda semana

La segunda etapa de los Ejercicios consiste en un conjunto de meditaciones sobre la vida y el mensaje de Cristo, como se presenta en el Evangelio. Estas meditaciones nos han de llevar a una serie de experiencias personales, que nos servirán para darle más sentido a nuestra vida y para comprometernos con Cristo en el servicio a los demás, y en las circunstancias del mundo en que vivimos.

Jesús tiene mucho que decirnos, no sólo con su palabra, sino también con su ejemplo y con su vida.

Para conseguir que la figura de Jesús de veras modele la vida y que El sea quien dirija nuestros pasos, es necesario conocerlo y amarlo: por eso nuestra petición será en adelante:

*"Conocimiento interno de nuestro Señor Jesucristo,  
que por mí se ha hecho hombre,  
para que más le ame  
y le siga" (Ej. 104).*

**EL CONOCIMIENTO INTERNO:** no es un conocimiento racional de erudición, sino un conocimiento vivencial que comprende al hombre entero en sus más profundas experiencias.

**DE NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO:** es la meta y centro único de todo trabajo espiritual y apostólico. Un hombre que ha hecho los Ejercicios no es un apóstol de ideas, de sistemas, de formas particulares de vida, ni siquiera de místicas evangélicas, sino de una persona contemporánea, presente y activa, de Jesucristo.



**QUE POR MI SE HA HECHO HOMBRE:** en lo oculto de las entrañas de la Virgen y en lo más humilde del mundo. "Por mí" entra en comunión con la humanidad por la vida vivida. La vida es el punto de comunión con Dios. Dios entra en comunión con los hombres a través de la vida.

**PARA QUE MAS LE AME Y LE SIGA:** a Jesucristo se le sigue en el amor y se le ama en el seguimiento; ni el amor ni el seguimiento se han de separar; valen en cuanto están unidos.

Sólo amando plenamente a Jesucristo con todo el corazón, con toda el alma y con todas las fuerzas, se le puede comprender y se pueden ver las cosas como El las ve, y como son en su más auténtica realidad.

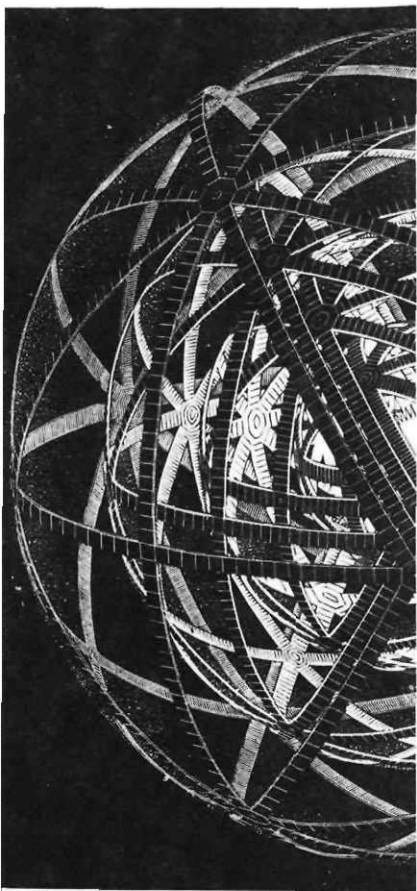
La integridad de la entrega al amor de Jesucristo es la condición de posibilidad, la fuente y la base de la entrega a los demás. La fuerza del amor a Jesucristo es la razón de la "discreción en el amor": porque se le ama mucho, se le quiere amar de forma duradera y eficaz.

## 2.- Relación con la primera etapa

El objetivo de la primera etapa fue quitar de nosotros "las aficiones desordenadas" y todo lo que fuera pecado o llevara al pecado. Pretendíamos conocer nuestra situación real para podernos convertir a Jesucristo. Toda la etapa tuvo carácter introductorio; se trataba de prepararnos para poder buscar y hallar la voluntad de Dios y a Dios mismo, que nos enseña el camino y se nos da en Jesucristo, su Hijo único. Jesucristo era la mujer que buscaba su moneda perdida (Lc 15,8-10), o el pastor en búsqueda de la oveja (Lc 15,4-7; Mt 18,12-14).







### 3.- Temas de contemplación

En el trabajo de "*buscar y hallar la voluntad divina*", y al mismo Dios en la persona de Jesús, nos ayudará la reflexión y contemplación de lo que se nos narra en los Evangelios.

La contemplación es para dejarse impresionar por la figura de Jesucristo. Es necesario mirarlo detenidamente para juzgar de las cosas como El, para caminar por donde El caminó (1 Jn 2,6), para llegar a tener sus mismos sentimientos (Flp 2,5) y llegar a la entrega de uno mismo. Dejarse captar y atraer por El, es un requisito indispensable para ser discípulo suyo. De ahí la importancia de la contemplación reposada, serena y apacible. La contemplación viene a ser el momento de interiorización de los motivos más fuertes que impulsan a la acción, al seguimiento y al compromiso. Para San Ignacio la contemplación es el camino más corto para llegar a una "*sana elección*": donde se da la armonía del amor-seguimiento-servicio a Jesucristo y a los demás.

Con la contemplación no se trata de tocar lo histórico, lo cronológico, o la descripción auténtica de los hechos, sino de meditar en un contexto particular el sentido teológico de los acontecimientos y del mensaje.

San Ignacio propone diversas formas de oración y contemplación, aplicación de sentidos (Ej. 121), modos de orar (Ej. 238-260) etc. Lo importante es que la meditación del Evangelio sea una experiencia de Dios para mí, algo vivencial y en lo que tenga que ver toda mi persona (Ej. 114). Conviene que el Evangelio sea una experiencia personal en el orden de lo intuitivo, no tanto de lo conceptual. El objetivo es ir aprendiendo a pensar, sentir, amar, actuar y ser como el Señor.



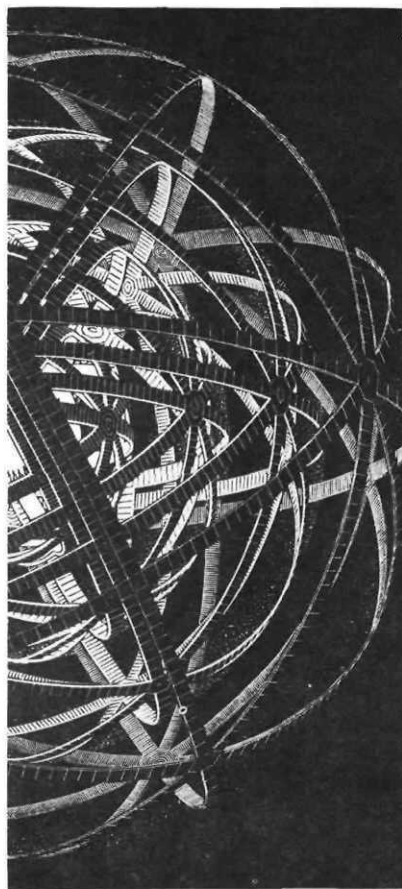
## Prenotando

En el lenguaje bíblico la palabra carne expresa a todo el hombre bajo el aspecto de debilidad. Designa la condición de creatura y el origen terreno del hombre. Expresa también la unión existencial de unos y otros. La carne es el elemento de unidad y solidaridad. Es lo que une a los hombres por tribus y familias; por eso dice Adán cuando contempla a Eva: *"Esta es hueso de mis huesos, y carne de mi carne"* (Gn 2,23 y Ex 36,24). La carne une a todos los hombres en su realidad temporal (Gn 29,14; 37,27; Rm 9,3).

En San Juan podemos advertir que la palabra carne tiene significado eucarístico, al ser el término de comunión vital con Cristo en el sacramento, y de Cristo con todos los hombres desde el momento de la encarnación. *"Y el Verbo se hizo carne"* (Jn 1,14). *"Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida"* (Jn 6,52-56).

La encarnación no es una gracia personal y exclusiva de María, sino que es una gracia hecha en ella a toda la humanidad. La encarnación es algo que nos une a todos con Dios en María; de tal manera que *"la carne tomada de la Virgen María somos nosotros"*, como decían los Padres de la Iglesia antigua.

La naturaleza humana asumida por la Segunda Persona de la Trinidad significa una carne y una vida determinada, una concretización espacio-temporal, y una historia. Pero al mismo tiempo significa todo aquello que hay de común en todos los hombres y que los hace ser humanos.







La naturaleza humana es la vida en su proceso de desarrollo y personificación. Concepción, nacimiento, trabajo e historia, muerte y resurrección, es lo que constituye a Jesús uno y único, y pasando por todo eso, Jesús nos salva, nos resucita y nos hace partícipes de su gloria.

*"La encarnación es la elevación de todo el universo"* (Cayetano, III q' 1 a 1), porque al hacerse hombre hace suyo todo lo humano y al mundo entero.

### Objetivo

El objetivo de esta meditación es advertir la necesidad que el mundo tiene de salvación. Y es también advertir la inmensa necesidad de salvación que tenemos cada uno como partes de ese todo que es el mundo.

Existe un vínculo entre la realidad humana, distinta de Dios, y su deseo creador-salvífico, que consiste en unirse y en darse a la realidad distinta de El. La meta del mundo es la autocomunicación de Dios.

Dios no sólo es creador de lo que es diverso de El, sino que se da a eso que es distinto. El mundo recibe a Dios de tal manera que Dios se hace la vida más interior del mundo y el mundo puede ser signo del Dios vivo. Dios se nos da en Jesús, y también el pan puede ser sacramento de Jesús.

La revelación inicial estaba encaminada, en todo su desarrollo progresivo, a la revelación plena que se daría en Jesucristo (Hb 1,1s.).



*"La historia, en su totalidad, estaba grávida de Cristo, y Cristo fue creciendo hasta nacer"* (San Agustín).

El vínculo con Dios no se ha destruído totalmente con el pecado, por el contrario, se ha hecho más necesario y ha adquirido carácter salvífico.

### Relaciones

En la primera etapa se hizo sentir la necesidad de salvación que todos los hombres tenemos en nuestra vida particular y concreta.

Esta meditación, al empezar la segunda semana, nos hace pensar en la necesidad de salvación que tiene el mundo, en toda su diversidad de gentes y tiempos. San Ignacio quiere que se experimente la necesidad de salvación no sólo a nivel personal sino a lo largo de toda la historia del mundo.

### Tema Central

La contemplación nos lleva a meditar la afirmación básica sobre Jesús, sin la cual no hay auténtica fe cristiana. Esta afirmación *"Jesús es el Hijo de Dios hecho hombre, para nuestra salvación"*, es el centro de la fe cristiana. Se refiere a la identidad de Jesús y a su misión salvífica. Es la respuesta a la pregunta: ¿Quién es Jesús? y ¿Cuál es su misión?. Jesús es Dios preexistente, salvador y creador, que vive una vida humana particular y concreta. Jesús es la Palabra salvífica que el Padre pronuncia y engendra.







Cristo nos salva al vivir la vida humana, que incluye la muerte; la vida es el elemento de la comunión salvífica...

La vida de Jesús expresa, por una parte, la voluntad absoluta de Dios de salvarnos y unirse a nosotros, y por otra, la posibilidad que tenemos de aceptarlo y amarlo. El hombre no es una realidad terminada y cerrada, es ante todo un ser abierto a Dios y capaz de Dios y libre para aceptarlo.

Esta meditación es clave para la interpretación de la vida de Jesús. De ahí que no deba suprimirse dado el significado trascendente de su contenido.

### La Contemplación

En el primer preámbulo San Ignacio quiere que entremos en el sentir de Dios y consideremos cómo se pierden los hombres; que reflexionemos en la determinación de Dios de salvar al género humano a través de la encarnación de su Hijo.

"El Hijo" tiene un vínculo real con la creación aun antes de que se haga hombre. Entre Jesús y el mundo no sólo existe una relación salvífica, sino que Jesús es la Palabra creadora de Dios. Es la mano de Dios con la cual creó al mundo y configuró al hombre (Ireneo, Ad. Haer. V,1,3). Entre el mundo físico e histórico y Jesús hay una relación recíproca que no la hay con ninguna de las otras Personas Divinas. Solamente el Verbo tiene carácter histórico y físico, y la materia y la vida, carácter crístico; porque Jesús había de llegar a ser una realidad física, viva e histórica.

El Verbo de Dios siempre ha sido el "incarnandus": el que se había de encarnar, y el mundo "*su casa en la que había de habi-*



tar" (Jn 1,11). El ha sido la fuente y el autor de la vida, porque "En El estaba la vida" (Jn 1,4). La palabra creadora de Dios, ahora se revelará para el mundo como palabra redentora y salvífica.

La meditación procede por contrastes que mutuamente se perfilan y complementan.

Habrà que ver "la historia de la perdición" de los hombres y de la salvación realizada por Dios. Los hombres se pierden, y Dios determina la salvación *"enviando al ángel Gabriel a nuestra Señora"*. Esta es la plenitud de los tiempos. (Gl. 4,4).

En el segundo preámbulo San Ignacio quiere que veamos con la imaginación la configuración del mundo en toda su extensión y diversidad, y por otra parte la casa y aposento de Nuestra Señora con toda su sencillez y humildad.

### Petición

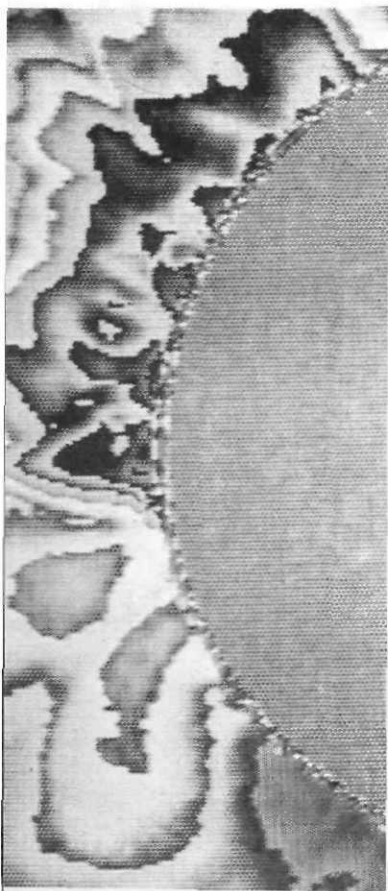
*"Conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga"*. Esta petición se hará siempre y dará unidad a los Ejercicios (Ej. 105).

Como San Pablo enfatiza el sentido personal de la redención *"me amó y se entregó a la muerte por mí"* (Gl. 4,20), San Ignacio lo hace con la encarnación: *"Me amó y se hizo hombre por mí..." para que más le ame y le siga...* (Ej. n. 103).

Esta petición encierra el objetivo de los Ejercicios y de toda vida espiritual cristiana; deberá repetirse en todas las meditaciones siguientes, cambiando solamente el inciso: *"que por mí se ha hecho hombre"*, según la materia que se contempla.







## I Las personas

El primer punto consiste en ver la realidad de este mundo, como desde un satélite. Por una parte *"las personas humanas sobre el haz de la tierra, en tanta diversidad"*. San Ignacio va aquí de lo externo a lo interno, de lo menos grave a lo gravísimo. *"Tanta diversidad en trajes como en gestos"*. En formas de ser: *"unos blancos y otros negros"*. En formas de vivir: *"unos en paz y otros en guerra"*. En sufrimiento interno: *"unos llorando y otros riendo"*; *"unos sanos y otros enfermos, unos naciendo y otros muriendo, etc."* Todo esto describe al género humano en su proceso existencial. Nosotros podríamos añadir algunos contrastes que describan mejor nuestra existencia social: unos tremendamente ricos, que no pueden saber la cantidad de millones que tienen, y otros inmensamente pobres a quienes les falta lo indispensable.

La salvación es para todos los hombres, *"en tanta diversidad"*.

Por otro lado ver las tres Personas divinas como si estuvieran contemplando el mundo, y cómo se pierde tanta gente, ... *"así mismo ver a nuestra Señora y al ángel que la saluda..."*

## II Lo que dicen

En el segundo punto San Ignacio quiere que oigamos lo que dicen, *"cómo hablan unos con otros, cómo juran y blasfeman"*, cómo mienten y construyen una sociedad sobre la falsedad, cómo se ofenden y se destruyen mutuamente.

Dios, en cambio, pronuncia una palabra redentora *"hagamos redención del género humano"* ... Y después lo que hablan el ángel y la Virgen...



La decisión de Dios, de salvar el mundo por Cristo, sustenta la obra y la historia de la salvación. Jesús realizaba la salvación por que Dios quería salvar al mundo y no para que Dios salvara al mundo. Es decir, Jesús no viene a hacer méritos para ver si Dios nos salva; viene a salvar porque viene de Dios.

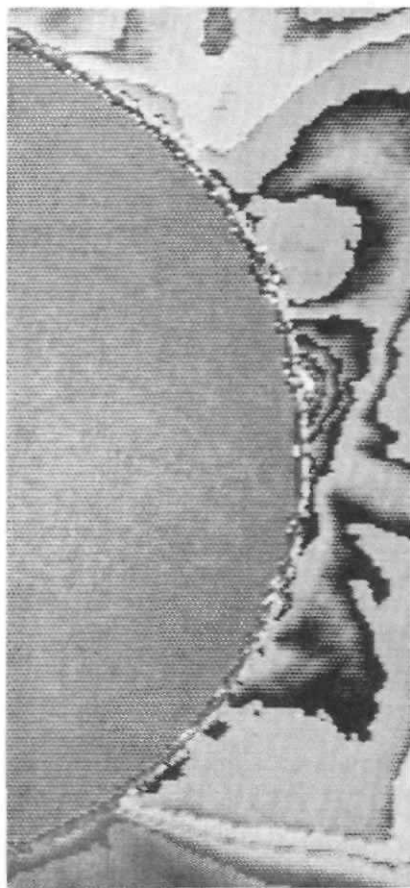
### III Lo que hacen

El tercer punto *"mirar lo que las personas hacen sobre el haz de la tierra, así como herir, matar e "ir al infierno"*, es decir, perderse, no dar con su sentido.

Y por otro lado lo que hacen las personas divinas, es decir *"obrando la santísima encarnación"*. Es la obra más maravillosa de Dios, la que revela al mundo su corazón paterno, la que más lo vincula a esta realidad, tan distinta de El.

*"Lo que hacen el ángel y la Virgen, el ángel prestando su servicio de enviado, y nuestra Señora humillándose y haciendo gracia a la divina majestad"*, esto es, reconociendo su pequeñez y dándose a Dios por completo.

Meditamos el carácter salvífico de la encarnación: la Segunda Persona se hace hombre para salvar al género humano de su propio límite de pecado, de egoísmo, de muerte y miseria. Lo que significa que Jesús se presenta al mundo no sólo como portador de la redención sino como aquél que la realiza desde el primer instante de su vida hasta la muerte. Toda su existencia tiene carácter redentor.





Pero Jesús no es un parche. Es la plenitud de la comunicación de Dios. Todo estaba hecho para que un día Jesús llevara todo al Padre.

Pertenece al ámbito de la conciencia, la responsabilidad y la libertad personal la aceptación de Dios que plenifica la vida del hombre...Y Jesús nos ha de conducir al Padre como personas que somos, es decir de forma conciente, libre y responsable, y también como seres que viven y se realizan en sociedad, finalmente, como seres que activamente han de participar con él en la salvación del mundo (Jn 20,21).

Aceptarlo como María, en la Anunciación.  
**Meditar el texto de Sn. Lucas 1, 26-38.**

¿Aceptas a Jesús como verdaderamente hombre, como niño, como humano?

Para algunos es más difícil aceptar a Jesús como niño que tiene que crecer, que como Dios.









## el nacimiento (ej. 110-117).



**La historia** del nacimiento que presenta San Ignacio la toma del Evangelio de Lucas, que es el único que narra el acontecimiento, y de la tradición, que hace cabalgar a la Virgen sobre un asno, que imagina que llevan una sirvienta, y también un buey para pagar el tributo al César (Ej. 111).

En la **composición de lugar** San Ignacio sugiere que los acontecimientos pasen por la pantalla de nuestra imaginación. Quisiera que imagináramos todo de la manera más delicada y real que nos sea posible. Sin olvidar los detalles, que obviamente serán más de nuestra imaginación que de la historia.

*La Petición es aquí pedir conocimiento interno del Señor, que por mí nace en Belén, para que más le ame y le siga (Ej. 104).*

- **El primer punto**, dice Ignacio, es *ver las personas*, es a saber, ver a Nuestra Señora y a José, y a la criadita, y al niño Jesús, después de ser nacido, haciéndome yo un pobrecito y esclavito indigno, mirándolos y contemplándolos, y sirviéndolos en sus necesidades, como si presente me hallase, con todo acatamiento y reverencia posible...
- **El segundo punto** es *mirar, advertir y contemplar lo que hablan...*
- **El tercero**, *mirar y considerar lo que hacen... así como caminar y trabajar para que el Señor sea nacido en suma pobreza, y al cabo de tantos trabajos (de toda su vida), para morir en la cruz, y todo esto por mí... (Ej. 112-116)*



## Comentario al texto de San Ignacio

San Ignacio pretende que la inmensa maravilla del don de Dios hecho en Jesús entre en nuestro corazón por la puerta de la imaginación. En el fondo más se trata de contemplar una verdad que de datos históricos concretos. Poco importa *"la longura o anchura, y si llano o por valles o cuevas del camino que va de Nazaret a Belén"* (Ej 111). Lo que importa es que participemos de forma viva en el misterio. La asna en la que va la Virgen, la sirvienta que lleva como ayudante, el buey que llevan cabestriando, son elementos de una especie de nacimiento vivo en que el ejercitante debe participar, haciendo las veces de la criadita, *"para servirles en sus necesidades, como si estuviera presente,"* sin olvidar el acatamiento y la reverencia (Ej 114).

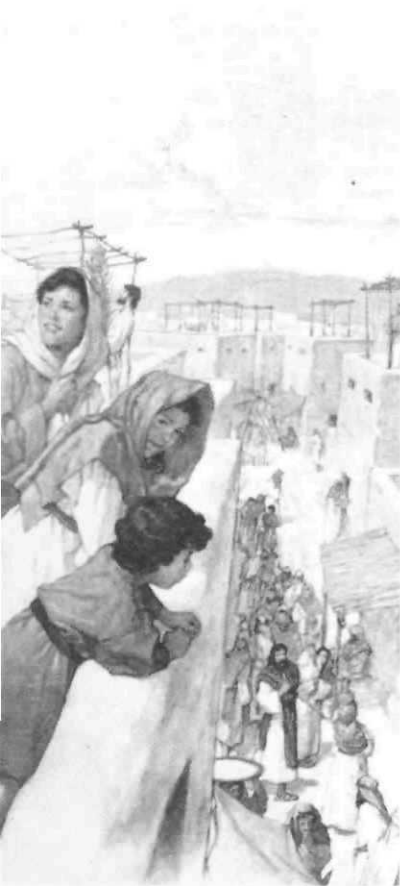
A San Ignacio le impresionan los trabajos que se toman José y María *para que Jesús nazca en suma pobreza*, y al misterio del nacimiento junta como en un todo, los trabajos, sufrimientos, injurias y afrentas de la vida hasta llegar a morir en la cruz.

*"Y todo esto por mí"* Esta verdad fundamental de la fe cristiana vincula la vida de Jesús, como quiera que se haya desenvuelto, con la vida concreta y particular del ejercitante.

Cualquiera que haya sido la escenografía del nacimiento y los detalles circunstanciales, el acontecimiento fundamental indiscutible, es el hecho de que Jesús empiece su vida como la de cualquier ser humano. Empieza por nacer. El motivo de la gran alegría y de la buena nueva para los ángeles y pastores, y para todos los hombres, es la vida que comienza. La encarnación comenzó en el vientre de María, pero será un proceso tan largo como la vida humana, porque el hombre se hace hombre no en un momento, si-







no a lo largo de toda su vida. Asumir la naturaleza humana significó para el Hijo de Dios vivir en su totalidad una vida particular y concreta.

La vida humana es todo un proceso de encuentro con "lo otro", con lo que no es uno mismo, y a través de esa apertura a "lo demás" el hombre se encuentra consigo mismo. Dado que Jesús no nace hecho un hombre, sino solamente con un conjunto de posibilidades para llegar a serlo, su tarea de ser hombre es algo que se le da, en sus posibilidades, pero también es algo que tiene que lograr por su propio esfuerzo. Esta es la tarea que tiene Jesús y que empieza en este momento que contemplamos y quisiéramos presenciar. Una tarea que terminará con su muerte, porque la vida es una referencia continua a la muerte, y a la vida del hombre pertenece tanto el nacer como el morir. Entre uno y otro, para Jesús, sólo habrá unos treinta aniversarios.

### El relato de Lucas

Hay que tener en cuenta que el relato de Lucas, con los datos actuales de la ciencia bíblica, difícilmente se puede tener como histórico en sus pormenores. San Lucas pretende transmitirnos un mensaje teológico y de fe a través de su descripción literaria. Elabora un verdadero nacimiento para darnos en él un mensaje que pone en boca de los ángeles:

*"Les anuncio una gran alegría,  
que lo será para todo el mundo:  
Hoy les ha nacido su Salvador".*



## Consideraciones sobre el texto

Lc 2,1: San Lucas sitúa el hecho dentro de la historia contemporánea. Jesús es el centro de la historia, el que le da su sentido, el que plenifica el tiempo. La narración del nacimiento tiene un sentido plenamente cristológico. A través de la estructura artística del relato el evangelista presenta la manifestación del Hijo de Dios en el Hijo de María.

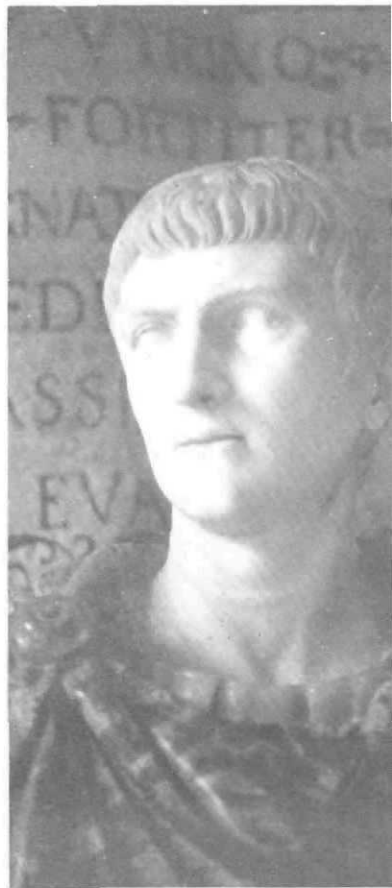
Lc 2,4: Jesús pertenece a la descendencia de David, porque José era su descendiente. Este niño es el Mesías y en él se cumplirá la promesa hecha a nuestros padres. La Virgen está *"desposada con un hombre, llamado José, de la casa de David"* (Lc 1,27). *"Y el Señor Dios le dará el trono de David, su padre..."* (Lc 1,32).

*Lc 2,6: "Se le llegó el tiempo del alumbramiento, y dio a luz a su hijo primogénito"*

Como en todo nacimiento esto debió ser un momento de angustia para José y para María. La cosa no estaba del todo prevista ni preparada; el lugar no parecía adecuado. No estaban presentes las personas que podrían ayudar.

Este es un momento importantísimo para María, para José y, desde luego, para Jesús. Este momento constituye a María como verdadera y auténtica Madre. Esto la calificará para siempre como la Madre de Jesús. Su virginidad estaba en función de su maternidad.

Para José es el acontecimiento más grande de su vida, aunque milagrosamente, tendrá un auténtico descendiente. A José le tocará desempeñar la responsabilidad de Dios, hacerse cargo de







su Hijo... La filiación divina y la paternidad humana no son cosas que se excluyen y rechazan, sino que se complementan y se explican mutuamente.

Haber nacido es la condición necesaria para vivir; califica a Jesús como auténtico ser humano. Con El y en El empieza una verdadera historia.

Jesús nació pobre porque sus padres eran pobres. Fue pobre como los pobres, sin opciones.

El imaginar no es un ejercicio ajeno al Evangelio, ni a los evangelistas, y ayuda mucho a la contemplación. Si María verdaderamente dio a luz, y si Jesús verdaderamente nació, ¿Quién recibió al niño? ¿Quién lo aseó? ¿Quién le cortó el cordón umbilical? ¿La misma Madre? ¿José? ¿Una comadrona?

No hay que pensar que Jesús apareció en los brazos de María sin ningún trabajo, porque eso no es nacer, ni dar a luz, ni explica la purificación por la sangre derramada en el alumbramiento (Lc 2,22; Lv 12,1-8).

Lc 2,7: *"No había para ellos lugar en la posada"*. La frase encierra cierta pena, es una especie de queja. *"Vino a los suyos y los suyos no lo recibieron"*, dice Juan (Jn 1,11). Sucedió que nació fuera de la ciudad, como murió también fuera de ella.

Es posible, por otra parte, que las grutas de los animales estuvieran en la planta baja del mesón y, no habiendo lugar arriba, José y María tuvieron que bajar al lugar donde dormían los animales. Aunque el acontecimiento haya sido casual, resultó un signo de inmenso abajamiento.



Lc 2,8: La parte central en el relato de Lucas es el anuncio del ángel, que no se hace a la gente importante, sino a los pastores, los pobres, los humildes, los marginados.

Lc 2,9: El anuncio se hace por medio de un ángel. Los ángeles son instrumento de la presencia y la revelación de Dios.

*"Les anuncio una gran alegría, que lo será para todo el pueblo"* Lo que aquí se anuncia, el tema de esta "evangelización" no es el reino como acontecimiento, ni una doctrina, ni un mensaje, es todo esto y más: es el nacimiento de una persona, Jesús. En él se contiene todo el Evangelio, él es el *Sí* de Dios, su don, su Palabra, su presencia y todo lo que Dios puede ser para los hombres... Este anuncio y esta alegría es algo que pertenece a todo el pueblo, es decir a todos los hombres.

En Lucas, el nacimiento de Jesús se presenta ya como un acontecimiento universal. *"Todos verán la salvación de Dios"* (Lc 3,6); *"Ha nacido el Salvador de ustedes"*. Esta es la causa de la gran alegría, este es el centro del mensaje angélico. El título de Salvador para Jesús compendia en Lucas toda la vida y actividad de Jesús. Jesús nos salva por lo que hace, pero también por lo que es.

Lc 2,14: El signo de la salvación es la realidad de este niño *"envuelto en pañales y recostado en el pesebre."*

Luego Lucas pone en escena una multitud de ángeles que alaban a Dios diciendo: *"Gloria a Dios en las alturas y paz en la tierra a los hombres de buena voluntad"*. Lucas ha construido un nacimiento literario para transmitir un mensaje teológico fundado en la realidad de un nacimiento que tuvo que haberse dado en







unas circunstancias más o menos semejantes a las que él narra. Pero lo importante no son las circunstancias en cuanto particulares, sino en cuanto son el medio necesario en el que Dios se nos da. Lo importante definitivamente es el Don y no su envoltura.

*Lc 2,9: "La gloria del Señor los envolvió en su luz".*

Lucas presenta de manera plástica el tema de San Pablo: *"la manifestación de la gracia de Dios"* (Tt 2,11), de su designio salvífico, su *benignidad y humanidad* (Tt 3,4). Con Jesús ha venido y se manifiesta la gracia, la bondad y la filantropía de Dios. Para Pablo la gloria de Dios resplandece en el rostro de Cristo (II Cr 4,6).

Sobre Jesús niño resplandece la gloria de Dios, y los pastores son los primeros que la contemplan y la anuncian. A los apóstoles les toca dar a conocer y reflejar la gloria de Dios en el rostro de Cristo. El anuncio del ángel se continúa en el de los pastores, y estos prefiguran el de los apóstoles.

*Lc 2,12: "Esto les servirá de señal: encontrarán al niño envuelto en pañales y acostado en un pesebre."*

El signo no es ninguna cosa extraordinaria. Dios se manifiesta en lo ordinario e insignificante.

Lc 2,15-20: Es importante que los pastores sean testigos oculares, que decidan ver por sus propios ojos, que encuentren al niño. Esto es una invitación a la experiencia personal. Como la pretendida por San Ignacio con esta contemplación.

Lc 2,17-20: Al final los pastores vuelven a sus labores *"glorificando y alabando a Dios"*



*Lc 2,19: "María guardaba todas estas cosas y las meditaba en su corazón."*

En María proyecta Lucas la actitud delicada que todo cristiano ha de tener al meditar todas estas cosas. Por otra parte María debió ser el origen de esta actitud contemplativa de la Iglesia. Escuchar, guardar y meditar en el corazón la palabra de Dios son actitudes propias del ideal cristiano (Lc 1,45; 2,51; 8,20-21; 11,28).

Como los pastores podríamos terminar nuestra oración glorificando y alabando a Dios.

*"Por el Verbo en persona,  
que ha llegado a ser visible y palpable,  
el Padre se nos ha revelado...  
Todos vieron en el Hijo al Padre,  
porque lo invisible del Hijo es el Padre,  
y lo visible del Padre es el Hijo."  
(San Ireneo, A.H IV,6,6).*







### Prenotando

En la mentalidad hebrea se da una peculiar asociación entre el nombre y la persona. El nombre no es algo que se impone arbitrariamente a la persona; sino la persona misma. No tener nombre equivale a no existir en la realidad. Cuando se borra el nombre de alguien, esa persona deja de existir; y cuando las cosas y las personas empiezan a existir han de contar con un nombre.

El hecho de conocer va ligado a conocer el nombre de algo o de alguien; no se conoce a una persona a menos que se sepa su nombre.

Imponer un nombre es dar identidad y no solamente distinguir de otros individuos de la especie. Cuando Dios crea da nombre a cada uno de los seres de su creación:

*"Llamó Dios a la luz día, y a las tinieblas llamó noche."*

*"Al firmamento llamó cielos";*

*al suelo seco tierra y al cúmulo de las aguas llamó mares", etc. (Gn 1, 5, 8, 10).*

La narración yahvista del Génesis dice:

*"Yahvéh Dios formó del suelo todos los animales del campo y todas las aves del cielo y los llevó ante el hombre para ver cómo los llamaba,*

*y para que cada ser viviente tuviese el nombre que el hombre le diera,*

*y el hombre puso nombre a todos los ganados, a las aves del cielo y a todos los animales del campo..."*



Ante la mujer dice:  
*"Esta será llamada varona,  
 porque del varón ha sido tomada"* (Gn 2, 19,20,23).

El hombre manifiesta su dominio ante las cosas imponiendo un nombre a todo cuanto existe. Dar nombre es un gesto de poder o una afirmación de derechos de propiedad.

Un cambio de nombre viene a significar que se cambia de estado o de condición para iniciar una nueva existencia. En este contexto Jesús cambió el nombre de Simón para dar a entender la nueva función que tiene entre los discípulos (Jn 2, 42; Mt 16, 18).

Conocer el nombre es conocer la realidad nombrada. Por esta razón se muestran los hebreos tan aficionados a las etimologías. El nombre revela lo que es la persona. Por eso el conocimiento de Dios empieza por la revelación y la santificación de su nombre (Ex 3, 15). Moisés le pregunta a Dios su nombre para que pueda ser conocido, adorado y obedecido, y Yahvéh le dice a Moisés que lo *"conoce por su nombre"* para darle confianza, amor y seguridad (Ex 33, 13s).

En la primera petición del Padre Nuestro decimos: *"Santificado sea tu Nombre"* (Mt 6, 9). Conocer el nombre de Dios es conocer a Dios mismo y bendecir y santificar su nombre es dirigirse a El personalmente.

### El nombre de Jesús

La vida de Jesús comienza con la revelación y la imposición de su nombre; primero como un nombre elegido por Dios e im-







puesto por sus padres, en actitud de obediencia. *Se llamará Jesús, que quiere decir, Salvador.* En el evangelio de Mateo, que tiene más sabor hebreo, la revelación, la imposición y el derecho corresponden a José; en el evangelio de Lucas se atribuyen a María (Mt 1, 21,25; Lc 1, 31).

El nombre de Jesús significa Salvación, "*porque él nos salvará de nuestros pecados*" dice San Mateo. Su nombre expresa la obra que Dios realiza en El; Jesús es salvador no sólo por haber realizado la obra de nuestra salvación, sino porque su presencia en el mundo es ya salvación. El designio salvífico de Dios se realiza en su persona y antes de cualquier acto conciente y libre de su parte. El deseo de Dios de salvarnos es la razón última y aquello que sustenta la presencia de Jesús en el mundo. Cristo no viene a conseguir con sus méritos nuestra salvación; viene porque de hecho Dios quiere ya nuestra salvación.

Para San Juan "*creer en su nombre*" (Jn 1,12; 2,23; 3,18) significa, no tanto creer en lo que Jesús dice, sino más bien, confiar en él.

La fórmula "*en el nombre*" se usa específicamente en el bautismo cristiano; significa una consagración, una especie de propiedad y un compromiso de lealtad. Ser bautizado en el nombre de Jesús es tomar una decisión por la que se pasa a ser propiedad absoluta suya. La lealtad es un deber, porque se forma con él una unidad, y así se acepta su persona, su doctrina, su vida y su destino.

Para Juan, "*creer en su nombre*" nos hace participar de su condición de Hijo (Jn 1,12) y nos hace reconocerlo como la revelación de Dios. "*Creer en su nombre*" es no solamente aceptar su



persona, sino, principalmente, aceptar su significado. Eso que significa Jesús para Dios y para ti.

Para San Pablo el nombre de Jesús resumía su persona, su obra, su misterio y todo su significado: resumía incluso la Historia de la Salvación. Compendiaba la fe, la esperanza, el amor de Dios y el amor a Dios. Y por eso decía:

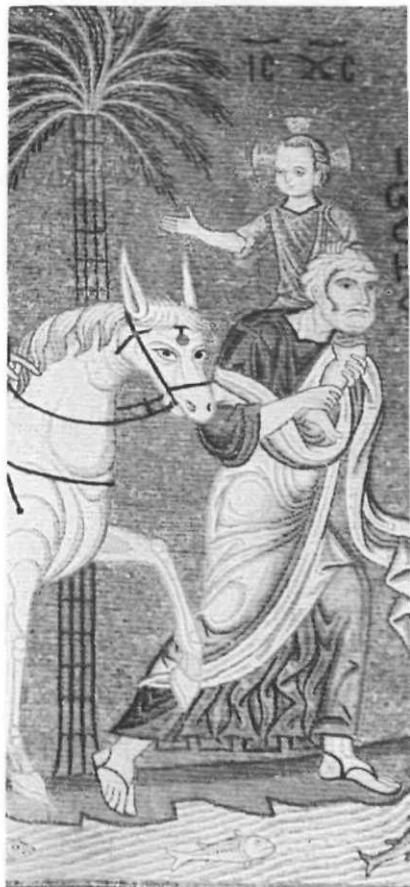
*"Para que al nombre de Jesús  
se doble toda rodilla  
en los cielos, en la tierra y en los abismos,  
y que toda lengua confiese que Jesucristo es Señor  
para gloria de Dios Padre." (Flp 2, 10-11).*

San Pedro realiza milagros *"en el nombre de Jesús"* (Hch 3,6). A los demás apóstoles les preguntan con qué poder y en nombre de quién hacen los milagros (Hch 4,12); Pedro explica: *"No hay otro nombre debajo del cielo, dado a los hombres, que pueda dar la salvación"* (Hch 4,12).

No está por demás advertir que el nombre de Jesús no es una palabra mágica, no es el nombre por el nombre, sino la persona de Jesús a quien se invoca por su nombre.

El cristiano debe orar y obrar en nombre de Jesús, es decir, en unión íntima con con él, esperando recibir un "nombre nuevo".

*"Miré entonces y había un Cordero, que estaba en pie sobre el monte Sión, y con él ciento cuarenta y cuatro mil, que llevaban escrito en la frente el nombre del Cordero y el nombre de su Padre." (Ap 14,1; 3,12; 2,17; Is 62,2).*







El eco del nombre de Jesús, que el Padre pronuncia desde siempre, es tu nombre propio. Los hombres estamos llamados a reproducir la imagen de Jesús y a llevar su nombre propio, y así somos *hijos en el Hijo* (Rm 8,29; Ef 1,5), somos *cristianos* referidos a Cristo. No sólo nuestro nombre, sino nuestra vida y nuestra historia se relacionan con el nombre de Jesús.

San Ignacio encontró gran devoción en dar a la Compañía el nombre de Jesús. Quería que en el mismo nombre quedara claro que se pertenecía a ella para seguir y servir a Jesucristo solamente.

La contemplación puede consistir en repetir innumerables veces, vocal o mentalmente el nombre de Jesús. "La oración de Jesús", al estilo ortodoxo, consiste en repetir indefinidamente el nombre de Jesús en actitud de petición, adoración, reverencia o aceptación.

**Para terminar se pueden repetir invocaciones como estas:**

*"Jesús, Hijo de David, ten compasión de mí" (Mt 9,27).*

*"Señor Jesús, en tus manos encomiendo mi espíritu" (Hch 7,59).*

*"Todo cuanto pidan en mi nombre, yo lo haré para que el Padre sea glorificado en el Hijo" (Jn 14,13).*

*"Y todo cuanto hagan, de palabra o de obra, háganlo todo en el nombre del Señor Jesús, dando gracias por su medio a Dios Padre" (Col 3,17).*



## Introducción

El texto de San Lucas habla de tres acontecimientos: La presentación de Jesús en el Templo, la purificación de María y el encuentro con Simeón (Lc 2,22-32)(Ej. 268); reflexionaremos solamente en la presentación de Jesús.

La ley determinaba que todo primogénito humano o animal era propiedad de Yahvéh y debía ser consagrado a él, debía sacrificarse y morir. A los animales se les aplicaba al pie de la letra; pero el primogénito humano no debía morir, tenía que ser rescatado (Ex 13,1; 13,11-16). Obligaba al padre a partir de los 30 días del nacimiento. Y si alguno no podía ser rescatado, debía rescatarse a sí mismo, en el futuro.

El primogénito rescatado llegaba a ser, de forma especial, propiedad de Dios, porque Dios le había perdonado la vida. Dios lo había rescatado para sí como a los primogénitos de Israel en Egipto, y como a Isaac (Gn 22,8s).

## Petición

Pedirle al Señor conocimiento interno de Jesucristo, que ahora participa activamente en la liturgia del Antiguo Testamento y que viene a darle todo su sentido al signo y al rito; para que más enteramente lo ame y lo sirva y le manifieste mi amor también a través de mis signos y ritos.

## Reflexión

Dios no sólo ha querido comunicarse con el hombre por medio de signos; quiere que el hombre también se comunice con él a través de ciertos signos.







- Todo el tiempo pertenece a Yahvéh; y el hombre consagra todo su tiempo consagrándole a Yahvéh el sábado. Así reconocía el hombre que el tiempo es del Señor (Ex 34,21).
- En todas partes está presente Yahvéh; y el hombre reconoce la presencia de Yahvéh consagrándole santuarios, es decir, lugares donde particularmente el Señor se ha hecho presente (Gn 12,7).
- Todo el mundo es de Yahvéh pero especialmente el Pueblo de Israel; Israel es tierra santa, porque ahí está el templo que es el lugar santo; y el templo es santo porque encierra el "sancta sanctorum", es decir, el lugar de la presencia de Yahvéh (I R 8,10s).
- Toda la cosecha pertenece a Yahvéh; y toda queda consagrada al consagrarle las primicias (Dt 26,1-11).
- Toda la vida es de Yahvéh; él da la vida a todos los animales; y el hombre reconoce que la vida es de Yahvéh consagrándole la de los primogénitos. Así toda la vida queda consagrada en el primogénito (Ex 34,19; 13.1-2).
- Toda la familia es de Yahvéh y toda queda consagrada consagrándole al primogénito, que, siguiendo la línea del signo, debía morir. Pero Yahvéh no se complace en los sacrificios humanos sino en la entrega personal. El no quiere ni siquiera la muerte del pecador sino que se convierta y viva (Ez 33,11). A Abraham le presenta un cordero para que sea signo de Isaac y sea sacrificado en su lugar (Gn 22,1s).



## Contemplar

En esta misma línea de signos y ritos el niño Jesús es ofrecido y consagrado. Y por él y en él todos los hombres, toda la creación. El es nuestro signo.

Los ricos rescataban a sus hijos con un cordero, los pobres con un par de tórtolas. La Virgen con sus mejores trapos; Jesús con pañales nuevos. José y María son de los que ofrecen dos palomas.

Las tórtolas de José estaban en el lugar de Jesús.  
Y Jesucristo en nuestro lugar.  
La Virgen lo entrega como propio.  
José lo rescata como ajeno.  
El sacerdote dice una bendición; la de siempre.  
Y todas las anteriores eran la sombra de ésta.  
La Virgen lo recupera como un don confirmado,  
como una segunda encarnación.  
Todavía no acaba de ser Madre.  
Bajan del templo, por la misma escalera y por las mismas cue-  
stas por las que habían subido.  
Ahora lo va a educar, va a formar su corazón.  
Va a enseñarlo a orar, va a amamantarlo.

El Padre Eterno se complace en contemplar una escena tan sencilla y tan significativa.

Así como ninguna flor es capaz de revelarnos la fecundidad de la tierra, así también ningún teólogo, sabio, o santo es capaz de revelarnos el eterno significado de la condición humana de Jesucristo.







Acabar con un **coloquio** de entusiasmo, como el canto de Simeón:

*"Ahora Señor, puedes, según tu palabra,  
dejar que tu siervo se vaya en paz,  
porque han visto mis ojos tu salvación,  
la que has preparado a la vista de todos los pueblos,  
luz para iluminar a los gentiles  
y gloria de tu Pueblo Israel" (Lc 2,29-32).*

- ¿Qué haces tú en la vida diaria para conocer cada vez más a Jesucristo?
- ¿Lees el Evangelio?
- ¿Lo meditas?
- ¿Lees algún libro sobre Jesús?
- ¿Reflexionas en lo que te pasa en la vida y en tu forma de ser?
- ¿La comparas con la vida y la forma de ser de Jesús?



### El examen de conciencia

En el texto de los Ejercicios Espirituales presenta San Ignacio varios modos de hacer examen de conciencia; por ejemplo, en el n. 24 nos habla de un examen particular para corregirse de faltas cotidianas. En el n. 32 nos presenta un examen general de conciencia para confesarse. En el n. 43 habla de un examen de conciencia que comunmente se aplica en la vida ordinaria para favorecer el crecimiento espiritual. A este método de hacer el examen nos referiremos ahora.

El método implica descubrimientos y experiencias; implica ponerse a tono con las sugerencias de Dios; en el fondo se trata de la docilidad al Espíritu que nos lleva a crecer en la intimidad con Cristo.

A través de los siguientes pasos puedes experimentar este método de crecimiento espiritual. Puedes hacerte más sensible al Espíritu de Cristo, así como a tus aspiraciones y a la fuente de ellas, que es el llamamiento que el Señor te hace.

1) El primer paso es hacerte conciente de la presencia de Dios. No importa dónde estés, ni las circunstancias en que te encuentres, en tu trabajo o de camino a él; Jesús dijo *"Yo estaré con ustedes todos los días hasta el fin del mundo"* (Mt 28,20). El mundo con todas tus circunstancias, con tu forma de ser y con tu historia es el lugar en donde has de encontrar a Cristo; El te enviará su Espíritu para que te ayude a ver todo lo que ves, con amor (1Co 13,4-7). Por eso San Ignacio quiere que el primer punto sea dar gracias a Dios nuestro Señor por los beneficios recibidos.







2) En el segundo punto, San Ignacio aconseja *pedir gracia para conocer las faltas y rechazarlas*. Pero también podíamos pedir gracia para conocer los aciertos de nuestras decisiones. Lo importante es reconocer la acción del Señor en nuestra vida.

Haz un recuento de todo lo que recibiste y de todo lo que diste. Trata de darte cuenta de cuáles son los principios con los que conduces tu vida. Recuerda las veces en que el Señor te ha ayudado en circunstancias incluso más difíciles. Trata de aumentar tu confianza, tu sentido del humor y tu espíritu de fe.

El Padre, por Jesucristo su Hijo y por la fuerza de su Espíritu, te hace crecer internamente y te lleva a la plenitud de la vida en comunión con Jesús.

Haz una pausa para reconocer lo que Dios te ayuda, y también tus limitaciones.

3) En el tercer punto puedes proceder por espacios más cortos reflexionando sobre tus principios y actitudes habituales, en tu autoimagen y en tu autoestima. Es muy importante que trates internamente de mejorar tu imagen y que te convenzas de que realmente puedes lograr algo para que tengas éxito. Una caída puede no ser tan importante si no te quedas abajo. Ten presente que el Señor siempre está de tu parte y dispuesto no sólo a sostenerte, sino a impulsarte hacia arriba; pero es necesario tener paciencia y llenar tu mente de pensamientos positivos. Antes de que explores el misterio de la pequeñez de tu corazón pide al Señor que te dé la magnanimidad de su Espíritu. *"Cuando venga el Espíritu de la Verdad, el te guiará hasta la verdad completa"* (Jn 16,13). El Espíritu de Jesús te invita a ver cada vez con más



libertad, la construcción de tu vida y la historia de tus decisiones. Te debe dar también la libertad para que te mires a tí mismo sin condenarte, pero también sin autocomplacerte. Porque la virtud más importante y grata para Cristo y para la implantación de su Reino es la humildad.

4) En el cuarto punto, dice San Ignacio que se pida perdón al Señor por las faltas; lo cual es de suma importancia cuando se ha cometido alguna falta notable. Cuando esto sucede no es necesario investigar mucho, la falta llama la atención por sí misma, y la conciencia avisa. Lo importante es pedir perdón, crecer en humildad, o en conocimiento de uno mismo, sacar experiencia para el futuro y tener paciencia.

5) *"El quinto consiste en proponer enmienda con la gracia del Señor"*. Llena tu corazón de buenos deseos y procura quitar de tu mente todas las imágenes negativas. Detecta los momentos en que actúas con libertad eligiendo el mejor camino y animándote a seguir haciéndolo. Advierte dónde entró Cristo en tus decisiones y en dónde actuaste por amor, y en dónde con menos amor. *"Pruébate a ti mismo"*, como diría San Pablo, *"Exámínate a ti mismo para ver si estás viviendo en la fe. ¿No reconoces que Jesucristo está en ti?"* (2Co 13,5).

Para terminar renueva tu compromiso con el Señor, haz cada día más viva tu confianza y ahora, habiendo recibido un nuevo día para crecer en amistad con Jesús, mírate a ti mismo con paciencia y alegría, y reconoce la necesidad que tienes de Jesús como Salvador. Dá-le gracias por su *"ir contigo"*. Ahora estás dispuesto para ver más el día de mañana, porque cuando se camina un poco no solamente se avanza sino que también se tienen más amplios horizontes.







### El angelus

V. El Angel del Señor anunció a María.

R. Y concibió por obra del Espíritu Santo.

Dios te salve María...

V. He aquí la esclava del Señor.

R. Hágase en mí según tu palabra.

Dios te salve María...

V. Y el Verbo se hizo carne.

R. Y habitó entre nosotros.

Dios te salve María...

V. Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios.

R. Para que seamos dignos de alcanzar las promesas de  
nuestro Señor Jesucristo.

Oración: Te suplicamos, Señor, que infundas tu gracia en  
nuestros corazones, para que quienes por la anunciación  
del Angel hemos conocido la encarnación de Jesucristo, tu  
Hijo, por su pasión y su Cruz, lleguemos a la gloria de la Re-  
surrección. Por Cristo nuestro Señor. Amén.



*Y así, como era hombre, fue tentado,  
y como Verbo, glorificado;  
y el Verbo dejaba pasar que pudiera ser tentado y des-  
honrado,  
y crucificado y morir;  
sumergido el hombre,  
lo tomó de la mano y lo resucitó,  
y se hizo cargo de él.  
Este es pues el Hijo de Dios,  
Nuestro Señor,  
que existe como Verbo del Padre  
y como Hijo del hombre;  
porque tuvo generación humana  
y se hizo Hijo del hombre naciendo de María,  
que pertenece al género humano,  
y ella misma es humana.*

*(Ireneo, Ad. Haer. III, 19,3).*

1ra. Edición Julio de 1991  
2da. Edición Abril de 1999  
Guadalajara, Jal. México.









6  
**jesucristo**



G. ROUAULT

JESUCRISTO

“Corramos con fortaleza la prueba que se nos propone,  
fijos los ojos en Jesús,  
el que inicia y consuma la fe,  
el cual, en lugar del gozo que se le proponía,  
soportó la cruz sin miedo a la ignominia,  
y está sentado a la diestra del Trono de Dios”.

*(Hebreos 12, 1- 2)*



juan manuel garcía de alba s.j.

**¿ cómo dicen que era  
jesucristo?**

# jesucristo







La forma de ser de Jesús puede inspirar de muchas maneras tu forma de ser. El Evangelio puede suscitar vínculos muy personales que te hagan sentir que Jesús y tú tienen que ver en la vida.

La comprensión de tu vida y la de Jesús se alimentan mutuamente. Tú puedes comprender mejor tu vida meditando el Evangelio, y puedes comprender mejor a Jesús reflexionando en tu vida.

El encuentro con Jesús debe suscitar un proyecto de vida espiritual que te comprometa más en el mundo y que te ayude a valorar más tu vida y la de los demás en las circunstancias concretas por las que vas pasando.

La forma que Jesús encontró de ser para los demás y para el Padre marca la ruta de tu forma de ser para los demás y para Cristo, y así es posible, también para ti, llegar al Padre.

La vida de estudio, de afecto humano, de trabajo ordinario y sencillo, es el camino que te conduce a una profunda amistad con Jesucristo, alimento e inspiración de todas las demás relaciones humanas.







Conviene que Jesús sea para ti la verdad que te convenza, la verdad que tú pongas en práctica, la verdad que tú hagas vida; asimismo conviene que Jesús sea la meta del camino que vas recorriendo, y por último conviene que Jesús sea la vida que te va renovando y la vida que estás viviendo.

La amistad con Jesús da una seguridad que nadie puede arrebatarte, pero es necesario alimentarla para mantenerla viva siempre. Una buena lectura, un rato de reflexión, una señal de benevolencia para los demás, una pausa de música, y especialmente una aproximación a los más necesitados, todo puede servirte para fomentar esa amistad que debe crecer con todo y dar mucho fruto.

Este folleto está relacionado con el objetivo de la segunda etapa de los ejercicios, y con el fruto de todos ellos: San Ignacio pretende hacernos crecer en el conocimiento interno de Jesús para más amarlo, servirlo, seguirlo, imitarlo y comprometernos con él en el servicio a los demás.



Es prácticamente imposible escribir una vida de Jesús, porque los datos que tenemos sobre El son más bien testimonios de fe, y porque a los autores del Evangelio no les interesaba el aspecto estrictamente histórico.

En la actualidad lo que podemos describir con más certeza es el ambiente en que Jesús desarrolló su actividad y los efectos de ella. No menos difícil y lleno de riesgos es describir la forma de ser de Jesús, su manera de pensar, de sentir, de hablar, y de actuar. Pero, podemos esbozar una semblanza de Jesús con cuyos trazos fundamentales los Evangelistas estarían de acuerdo.

Los Evangelistas y los primeros cristianos creían en Jesús como en un ser sobrehumano. Tal creencia los hizo poner de relieve los aspectos sobresalientes y casi despreciar los detalles de la vida ordinaria. Jesús era el Mesías escatológico, el esperado para el fin del mundo; el Hijo de Dios, era un profeta o el más grande de todos los profetas. No se podía poner en duda su poder en obras y en palabras delante de Dios y de todo el pueblo. (Jn 20,20. Hech 3,14s; 3,25; Lc 24,19; Mc 16,14)

Dada la dificultad de hacer historia, trataremos de descubrir e imaginar el impacto personal que Jesús dejaba en sus oyentes. El amor que sigue suscitando en la gente que todavía lo ama, aun sin haberlo conocido, es un eco del amor con que lo amaron los que lo conocieron.

Jesús se entendía a sí mismo como una manifestación del amor de Dios hacia todos los hombres, con particular atención por los más necesitados; hablaba del amor de Dios dirigido aun a







aquéllos que no lo merecían, lo que llamamos ahora la misericordia de Dios. (Lc 4,18s. Mc 1,38; 1,15)

El reino de Dios, o de los cielos, era el tema central de su mensaje. Para Jesús el reino de Dios era la respuesta a las necesidades más urgentes de los hombres. Llegará a ser una realidad no por el esfuerzo del hombre sino únicamente por la acción de Dios. Era ante todo una gracia y por eso habrá que pedirla. (Mt 6,9-10. Lc 6,11)

El reino era el amor de Dios para todos los hombres. Dios pondrá fin a la enfermedad, al dolor, y a la muerte; acabará con la pobreza y la opresión. Será como un mundo nuevo, una liberación para los pobres, los atribulados, los afligidos por la culpa; un mensaje de perdón, de justicia, de libertad, de fraternidad y amor. El reino de los cielos es una nueva relación de Dios con el hombre y del hombre con Dios. Jesús visualizaba el reino como un arrancar al mundo del poder del demonio, vencéndolo y echándolo fuera, y poniéndolo bajo el cuidado y la dirección directa de Dios. (Mc 1,15. Mt 4,17; 12,43-46. Lc 4,18-20. Is 61,2-3)

Los contemporáneos de Jesús le oyeron decir y lo vieron hacer cosas extraordinarias; discursos y milagros sin número; de hecho llegó a ser imposible averiguar si en algunos casos se trataba de fenómenos físicos extraordinarios, de milagros en el sentido estricto de la palabra, o de sugestiones y cambios interiores, como curaciones, no menos extraordinarias, de endemoniados y locos. (Mt 4,24. Mc 1,27s)

El hecho que nadie niega es que Jesús tuvo un éxito impresionante. Llegó a enardecer y a unificar a la gente sencilla de casi todo el pueblo de Israel que como siempre era la mayoría, e in-



cluso a muchos que ni siquiera eran creyentes o israelitas. (Mc 1,28)

Jesús era el circo, el cine, la televisión, el espectáculo de su tiempo. Muchos salían a verlo y lo seguían un poco, pero sin comprometerse de ninguna manera con él. No faltaron quienes llegaron a tenerlo por loco y por endemoniado; mientras que otros creían que curaba por una especie de magia, o que todo era su gestión. (Mt 4,23s. Jn 1,35; 3,1s)

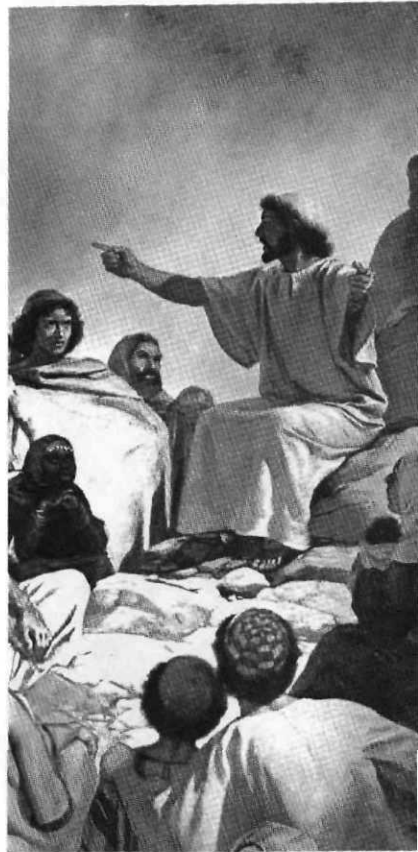
Al fin, su éxito se convirtió en peligro político y religioso para los hombres constituidos en cualquiera de los dos poderes. (Jn 18,14)

No deja de impresionar la forma como Jesús supo ganarse el corazón de sus contemporáneos, en particular de la gente del pueblo. Y aunque nunca hizo distinción de personas, se dejaba seguir aun de aquéllos que podían volverse contra él. (Mc 3,14-16; Mt 5,1s. Mc 10,27)

Jesús no tenía visiones. Era el más normal de los hombres. Pasaba por ser el hijo del carpintero. (Mc 10,27; Mt 13,15. Mc 6,3)

Dios no le hablaba como alguien que estuviera fuera de él. Dios estaba en él, se sentía en él, y Jesús sacaba de su corazón todo cuanto decía de Dios. (Mt 12,35)

No lo veía, pero lo oía en su interior sin truenos, ni zarzas ardiendo, sin tempestades, ni sueños. La imaginación en Jesús es un recurso para comunicar la verdad de suerte que la comprenda la gente sencilla, pero nunca invade el lugar de la verdad. (Lc 15,11s) El conocimiento más perfecto y sublime de Dios que ha existido entre los hombres ha sido el de Jesús.







Jesús no trató de dar a los discípulos una filosofía, entendida como un conjunto de verdades esotéricas. El mismo no tenía una filosofía armada, como Sócrates o los filósofos griegos. Ni tampoco se presentaba como un sabio. El no empleaba con sus discípulos ningún razonamiento metodológico, ni los obligaba a seguir un orden pedagógico. Tampoco exigía de ellos ningún esfuerzo de atención. Aunque fue tenido como Maestro desde el principio, no predicaba sus opiniones; sin quererlo se predicaba a sí mismo.

Jesús era un hombre muy seguro de sí y de sus propias ideas; tanto, que no se dio demasiada importancia. Una de las características más sobresalientes de Jesús, fue su humildad: el no haberse dado mucha importancia a sí mismo. (Mt 20,28. Mc 10,45)

Jesús hablaba de Dios con la mayor naturalidad. Dios no era para El el amo fatal que manda cuanto se le antoja, que condena cuando le agrada, que salva cuando le parece bien. El Dios de Jesús es ante todo un Padre que siempre quiere lo mejor para sus hijos. (Lc 12,22s; Mt 6,25s)

Los discípulos de Jesús no se sentían una secta, ni una escuela, pero sí se vivía ya entre ellos un espíritu común y profundo que los unía a El. Jesús tenía un carácter sumamente amable. Su apariencia le resultaba a los niños atrayente y encantadora; fascinaba a niños, adolescentes y adultos. (Mc 9,38. Lc 9,49. Mc 10,14)

Sus pensamientos siguen conectados por cables invisibles a todos los hombres y los enciende y los ilumina. Hay algo en el corazón de todos que los vincula a Jesucristo. (Jn 6,44 y 45)



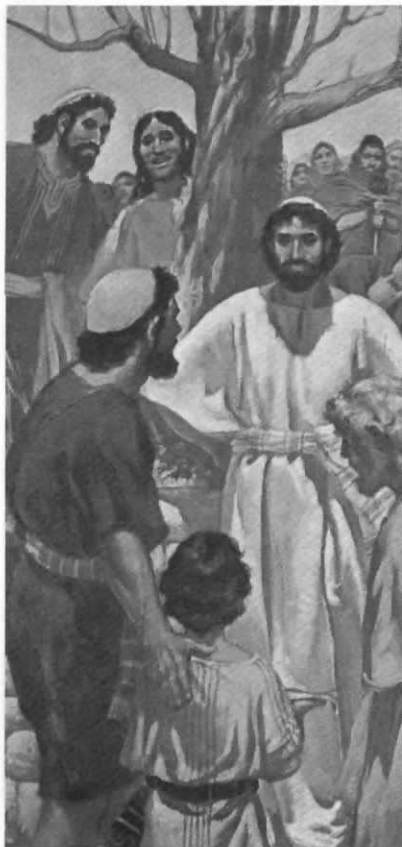
Nadie se escapaba a su mirada. Su profundo idealismo encontraba gran resonancia en el corazón de cada uno de sus oyentes. Parecía haber venido a llenar el hueco que todos sentían por dentro. Era bueno mucho más allá de los extremos. (Mt 5,48)

Nunca la humanidad, ni en sus mejores exponentes, ha logrado llegar a esas marcas de bondad que él señaló. La fraternidad de los hombres, la paternidad de Dios, y todas sus consecuencias, las deducía Jesucristo de la forma más sencilla y con el más exquisito sentimiento.

Hablaba de forma extraordinariamente fácil. Se adaptaba al auditorio, siempre atento a la capacidad de las gentes que lo oían, al lugar en que les hablaba y al número de sus oyentes. Sus expresiones eran claras, sencillas y profundas, aunque algunas veces resultaban tan personales y expresivas, que casi sonaban como un misterio o un enigma extraño. Sacaba del tesoro de su corazón cosas nuevas y cosas viejas. (Mt 5,1s)

Algunas de sus sentencias las presentaba como resumen de su vida, otras procedían del Antiguo Testamento, otras más evocaban proverbios repetidos con frecuencia. Todas reflejaban largas horas de oración. Las máximas que Jesús predicaba venían a poner de relieve el valor de los hombres y la trascendencia de sus acciones y no tenían el contexto de imperativos morales fariseícos. Guardaba la ley, pero con tal naturalidad, que se sentía liberado de ella. (Sl 24,21; Mt 6,1s; Mt 5,17)

Enseñó y practicó casi todas las virtudes humanas, sin hacer mística de ninguna de ellas.







El pensar que el fin de los tiempos estaba por llegar, le dio una luz clarificadora que le llevó a trascender todos los momentos de la historia. (Mt 24,32-35. Lc 21,29-33)

Jesús vivió tan profundamente la vida humana, que cuanto hay en ella de valor, encontró en El su máxima expresión.

Después de la resurrección llegamos a saber que Jesús es el término de la acción continua del Padre, y la fuente de energía que mueve a todos los hombres.

Para sus contemporáneos oír a Jesús era encontrar el camino que llevaba a Dios.

Jesús hablaba de manera tan personal que todo parecía nuevo. Y muchas de sus exigencias, nunca nadie ni siquiera se había animado a proponerlas. La poesía, la unción y el amor que expresaba en sus preceptos hacían que lo amaran a El, más que al precepto tomado como un principio abstracto de acción. El Evangelio no lo compone un conjunto de doctrina, sino el recuerdo y el amor a su persona. (Mc 1,22. Lc 4,32; Mt 10,42)

Repetía a menudo que se debía hacer más de lo que los antiguos sabios y profetas habían pedido. Prohibía toda palabra dura, todo juramento, desaprobaba el divorcio y la ley del talión, veía con malos ojos la usura, enseñaba que había que perdonar sin fin. El motivo que justificaba todas esas acciones era siempre el mismo: *"para que sean hijos del Padre que está en los cielos, que hace salir el sol sobre buenos y malos. Porque si solamente aman a los que los aman, ¿qué mérito tendrán? los publicanos hacen lo mismo. Si solamente abrazan a sus amigos (hermanos),*



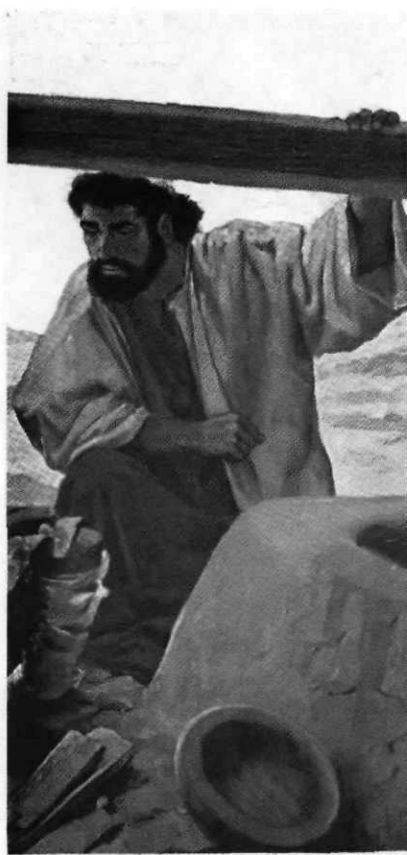
*¿qué hacen de más? Los paganos hacen lo mismo. "Sean perfectos como el Padre celestial es perfecto". (Mt 5,48s)*

Jesús no ostentaba ningún signo externo de ascetismo, se contentaba con buscar a Dios en lo secreto y en la vida ordinaria. Su profunda relación con Dios, nunca superada por ningún otro hombre, ni por los más grandes místicos, se resumía en una oración que él había compuesto con frases y peticiones sencillas que tal vez pertenecían ya a los deseos de la gente; casi seguramente brotaban de su oración de cada día. Insistía en la idea de que el Padre Celestial conoce mejor que nosotros lo que necesitamos y enjuga nuestras lágrimas antes que nosotros empecemos a llorar. Sólo la importancia de la comunicación con Dios justifica la expresión de nuestras necesidades; casi parece que en la mente de Jesús, Dios se siente herido al pedirle tal o cual cosa. Para Jesús Dios es el primer interesado en el bienestar completo del hombre. (Lc 11,2s; Mt 6,7s)

Lo maravilloso no era para él algo extraordinario; era más bien el estado normal. La distinción entre lo natural y lo sobrenatural en Jesús y en su tiempo no aparece. Jesús es ajeno a toda idea que separe lo natural de lo sobrenatural, lo humano de lo divino; quizá sin saberlo, El es la expresión más exacta de la síntesis. (Mt 6,25)

Para ser discípulo de Jesús no era necesario firmar ningún formulario, ni confesar ninguna profesión de fe; sólo bastaba una cosa: seguirlo y amarlo con toda el alma. (Lc 5,11)

La amistad con Jesús se iba formando y desarrollando poco a poco. Su forma de ser inspiraba la forma de ser de sus discípulos. Querían ser como Jesús.







Lo que decía era de tal manera verdad, era tan claro, que no *hacía falta buscar más. El era el criterio y la norma. Cuando la norma dejaba de ser Jesús, empezaba a ser letra muerta.*

La amistad con Jesús era una experiencia personal, una especie de enamoramiento, que calificaba a cada uno de ellos. Les daba una seguridad de la que nadie los podía privar. Jesús debió ser mucho más grande que el Evangelio, como Bach fue más grande que su música.

Jesús debía también su impacto al encanto de su persona. Era inmensamente intuitivo. San Juan afirma que sabía la historia de todos los hombres. Lo cual es fácilmente comprensible en una persona de inmenso sentido psicológico. (Jn 2,25)

La causa primera y de hecho la única del éxito de Jesús fue Jesús mismo y el amor. En un pueblo las grandes cosas las hace de ordinario la gente común y corriente. Jesús, en primer lugar, y luego el pueblo, con sus enormes defectos, es el autor del movimiento más hermoso y desinteresado que nos cuenta la historia. De parte de los discípulos y de la gente tuvo que haber cierta disposición para amar. Sin embargo, como sucede con frecuencia, los más grandes hombres de un país son aquéllos a quienes se condena a muerte o a quienes se acaba por desconocer. (Mt 19-27; Jn 1,35s)

La riqueza humana que tenía Jesús manifestaba su condición divina. Una mirada bastaba para convencer a una persona, o una frase que le recordara su pasado o que se refiriera a algún secreto de su corazón. Por otra parte, no es necesario pensar que



Jesús conociera la vida entera de todos los hombres como si tuviera un inmenso archivo de información secreta.

Jesús vibraba con la naturaleza. Una puesta de sol o una mañana, el lago o el desierto lo sumían en profunda contemplación. Su amor a la naturaleza le proporcionaba a cada instante imágenes expresivas y llenas de vida. Su predicación era alegre y optimista, saturada de la sencillez de los campos. Amaba las flores y ellas le ofrecían las lecciones más sugestivas. Por su mente, su palabra y su oración desfilaban los pajaritos del cielo, el mar, las montañas, el desierto, los juegos de los niños, el partir del pan de un papá en la mesa familiar. El mismo parecía como una flor en el campo. Muy distinto de Juan el Bautista, que era un hombre del desierto, a quien Jesús comparó a una caña sacudida por el viento, y dijo de él que no era una cosa sin importancia, sino el más grande de los santos. (Lc 15,8s; Lc 12,24; Mt 7,9; 3,1s; Lc 7,24s; 21,34)

Siempre creyó y enseñó a creer que el fin del mundo estaba por llegar, y la resurrección reveló que nada es tan real para el hombre como juzgar de las personas y las cosas a la luz del fin. Jesús compuso algunas parábolas para que los hombres cayeran en la cuenta de que todo momento presente tenía trascendencia eterna. (Mt 17,12; 24,32; 25,31; 24,37s)

Ningún personaje de la historia ha enseñado tanto a la humanidad a ser humana como Jesús. El ser plenamente Dios desde el primer momento de su vida unió para siempre todo momento humano con lo divino.

La vida humana es la expresión más exacta y precisa de la vida divina. Jesús, manifestó ser plenamente Dios en su capacidad







de vivir con tanta hondura la vida humana de tal manera, que en él queda claro que la expresión más completa de Dios es lo humano, y que si hay razón para reconocer a Dios en una puesta de sol, en una flor, en el mar o en el desierto, mucha más razón hay para reconocerlo en el corazón de los hombres y en los sentimientos de entrega, de generosidad y de cariño.

Jesús fue escandalosamente libre, no sólo en su manera de proceder, también en su forma de pensar. Se sintió absolutamente libre del sábado, y de la ley en general; puso toda la importancia en el corazón y en las motivaciones. Los frutos de conversión brotarían del corazón convertido. La observancia de la ley por la ley, e incluso la tradición por la tradición, le repugnaba. Jesús presentaba una religiosidad (santidad) más pura, más verdadera, más profunda que lo más íntimo del corazón. (Mt 12,9s; Lc 19,1s. Mc 7,1-9. Jn 4,24)

El aspecto humano de Jesús se desprende con toda naturalidad de los Evangelios por más que se insista en aquellos rasgos que sobrepasan lo humano. Se cuenta que Jesús comía y bebía, pasaba hambre y sed, sentía cansancio después de una jornada y lo dominaba el sueño, y participaba también en las fiestas de su tiempo. (Mc 2,16; 3,20. Jn 4,7-8; 19,28-30; 31,33. Mt 11,19; 4,2)

Los sentimientos de compasión aparecen de muchas maneras. Jesús se identifica tanto con la persona al grado de derramar lágrimas. Es también espontáneo y cariñoso. Las manifestaciones de afecto sinceras y viriles le resultan ordinarias. Judas escoge un beso para pasar inadvertido.

La seriedad de los acontecimientos lo afecta profundamente. Tan natural es lo humano para él como fue la muerte en la pasión



que preveía. Se presentó con muestras de temor y temblor, con sudor y soledad. La tristeza y la angustia hacen que se sienta turbado a punto de morir. Siente incluso el abandono, y la dificultad de comprender los acontecimientos. Por su sensibilidad no sólo es capaz de impresionarse hasta llorar por la muerte de los demás, sino también lo hace vivir existencialmente su propia angustia y la muerte. (Mt 9,36; 7,45. Jn 11,33-38; 11,38; 12,27; 13,21; Lc 19,41; 22,48)

Lo profundamente humano de la condición de Jesús no limita su condición divina; es su condición divina la que hace que Jesús pueda sobrepasar todo límite.

Su condición humana más que ser el componente de un todo es la expresión exacta de su condición divina; donde lo humano no limita a lo divino, sino que lo expresa. La naturaleza humana de Jesús es la vida de Jesús. (Mt 26,37-39; 27,46. Lc 22,43s)

En su infancia, Jesús aparece como un niño especialmente dotado. Sus conocimientos en materia de religión impresionan a los catequistas de su tiempo. El Evangelio menciona también la forma normal como fue desarrollándose su crecimiento en todos los aspectos, la sabiduría que se iba haciendo en él un conjunto de principios de acción que lo llevaban a proceder con la mayor naturalidad, y así también con no menor naturalidad se iba ganando la benevolencia de sus compañeros, de sus vecinos, y el Evangelio señala que también la de Dios. (Lc 2,49)

Así como es propio del Padre el tenerlo todo desde el principio, así es propio del hombre y del Hijo el irse desarrollando y el ir creciendo. El ser plenamente un hombre, y más particular-







mente un niño fue la manifestación de su condición eterna de Hijo de Dios. (Lc 2,52 y 40)

Los Evangelistas, al describirnos a Jesús, lo presentan como un hombre ejemplar. Con una gran autenticidad y coherencia entre lo que creía y lo que vivía. El, más que ninguno de sus discípulos incluyendo a Natanael, fue un verdadero israelita en quien no había engaño. Difícilmente podríamos describir mejor a Jesús que con las palabras usadas por sus enemigos: *"Maestro, sabemos que eres sincero, y que enseñas el camino de Dios con franqueza, sin que te preocupe el qué dirán, y que no haces distinción de personas"*. (Mt 12,15; 22,16. Jn 1,47)

La actitud de fe y de confianza de Jesús le da una gran seguridad de sí mismo. Podríamos decir que cree en sí mismo porque cree que Dios es su Padre. Aun en los trances más difíciles no necesita pedir consejo a ninguna persona, ni siquiera a sus amigos más íntimos. Pero su seguridad no es autosuficiencia, es la manifestación de la confianza en su Padre. (Lc 22,43s)

Jesús no acostumbraba negociar con nadie, ni se echaba atrás. No cedía para adquirir un poco. No se cuidaba de las ideas y los deseos del pueblo, ni tampoco de las teorías o de los prejuicios de las clases dirigentes. Cuando buena parte de sus discípulos se le retiraban escandalizados, Jesús no dio explicaciones ni trató de ganárselos. Se desprecupó también de la hostilidad de los escribas y fariseos, que lo llevaron a la cruz. (Jn 8,1; 6,60)

Era amable, al grado que los niños se subían a sus rodillas y le impedían hablar. Cuando quería, imponía respeto a todo mundo. Su forma varonil de proceder podía, en algunas ocasiones,



parecer dura. Pero en realidad, era profundamente asequible y hasta cariñoso.

Da a las mujeres un lugar inusitado en las costumbres de su pueblo. Acepta su afecto y su servicio. Se fía de ellas y entabla amistad con algunas que podían hacer pensar mal de El. Jesús está totalmente consagrado al reino de los cielos, y sin despreciar en lo más mínimo la vida de los hombres, nunca parece haber pensado en la posibilidad del matrimonio o de una familia. Era plenamente consciente de que la obra salvífica se completaba y se terminaba en El. Su ejemplo da valor al celibato y a la consagración total a los demás como a los propios hijos. (Lc 8,1s. Jn 4,5s; 8.11)

Cuanto Jesús tenía que heredar y toda la vida que podía dar a un hombre, se la daría a cada uno de los que lo aceptaran. (Jn 10,10; 20,30)

Jesús. Un carácter bien definido. Sabe oponerse al pueblo que se reúne a comprar y vender en pleno templo; siente la ira con un celo divino que lo impulsa a dar muestras de disgusto y a limpiar por sí mismo el templo. (Mc 11,15s)

Disfruta de la amistad sencilla y la cultiva. Así lo viven particularmente sus apóstoles, los discípulos, y aun aquellos que se alegran de verlo ocasionalmente. Jesús no hace distinción de personas, porque a todas les ofrece lo que tiene, lo que piensa y lo que es; pero en su corazón cada uno ocupa un lugar particular. Jesús se siente amigo hasta de aquéllos que abiertamente se tenían y se consideraban enemigos de Dios. Jesús está de parte de los necesitados y favorece principalmente a aquéllos cuya necesidad más grande es Dios. Jesús enseña que Dios también







los necesita; no para sí, sino por ellos. Acepta entre sus más fieles seguidores a un recaudador de impuestos, cuyo oficio, además de ser productivo, era odioso a sus contemporáneos. (Lc 19,1; 5,29. Jn 15,15s. Mt 17,2; Lc 5,27. Mc 1,13s)

Jesús no dio mucha importancia a los acontecimientos políticos de su tiempo, y tal vez hasta estaba mal informado de ellos. Tampoco supo aprovechar las coyunturas que su entorno le ofrecía. No fue un político, ni un demagogo. Las cosas que prometía le tocaba a Dios cumplirlas. Sabía que el hambre le afecta a Dios tanto como al hombre, porque Dios no está contento cuando el hombre sufre hambre.

No sólo el exhibicionismo lo consideró una tentación, sino también el reducirlo todo al problema del sustento. Claro que reconoce la necesidad absoluta de comer y la parte que a Dios le toca, y lo que tienen que ver los demás..., pero quiere que quede perfectamente claro que los motivos para vivir son más importantes que la vida. (Mc 4,1-11. Mt 6,32s)

Las convicciones de Jesús eran tan fuertes, su generosidad tan grande, su esperanza tan firme, que la vida no le importaba gran cosa. La vida, su tiempo, su amor y su persona era lo que Jesús tenía para entregar. Y todo lo dio sin límites, ni recompensa.

El dinero era para Jesús como un ídolo, una especie de dios falso, o como un tirano que puede esclavizar al hombre. Profundamente libre ante el dinero lo recibía, lo conservaba, lo estimaba y lo gastaba. Predicó muchas parábolas cuyo tema tocaba a la administración y a la economía. Con el dinero se podían remediar necesidades ajenas y así hacer un tesoro en el cielo. (Mt 22,15. Lc 12,16; 23,2)



Para Jesús lo terreno era un valor, si se miraba a la luz de la vida eterna, más que un peligro. El peligro era proporcional a la medida en que el hombre se quedara en lo terreno. (Mt 6,24s; Mc 10, 17-31)

Las parábolas y comparaciones de Jesús revelan su amor a lo ordinario, a la naturaleza, a la vida. Se fija en los detalles: es un verdadero poeta, distingue el pensamiento de la palabra y la utiliza de forma estética, elegante, irónica, si hace falta. (Mt 6, 25-34)

No cabe duda que Jesús era un hombre especialmente inteligente y audaz. Su inteligencia se manifestaba en su capacidad de distinguir, de asociar, de relacionar. Tan capaz era de hacer una síntesis perfecta, como de profundizar en su análisis. Sabía distinguir el grano de la cascarilla; lo esencial de lo accidental, la apariencia de la realidad. Sabía que las cosas valen no por el brillo o por lo que pesan y miden, sino porque tienen una realidad más profunda para quien tiene ojos y cierta capacidad para valorarlas. El conjunto de todas sus cualidades lo hizo ser un hombre extraordinariamente original. (Mt 22,21; 7,13s)

Jesús no era propiamente un pensador. No obstante Jesús fue más genial que todos los filósofos y sabios, porque pensó en el hombre en una relación más profunda con Dios, que la revelada en los primeros capítulos del Génesis. Jesús tuvo ideas geniales sobre el hombre, sobre Dios y sobre el mundo.

Jesús no pensó mucho en sí mismo, ni su existencia fue para él un problema; más bien se captaba a sí mismo como una solución al problema de las relaciones humanas, y como el pregonero del tiempo de Dios. (Mt 7,22)







Jesús daba la impresión de ser un hombre siempre inspirado. Sabía cómo actuar y tenía la palabra oportuna en los labios. Bien metido en sus circunstancias, parecía estar contemplando un mundo diverso, casi ideal. En este aspecto superó a Moisés que pensaba en la tierra prometida. (Mt 4,1s)

La inspiración lo llevaba siempre a una actitud más honda que transcendía lo concreto e inmediato: *"Si te insisten en caminar un kilómetro, camina dos; si te piden prestada la túnica, ofréceles también el manto"*.

Más que un solista en un concierto estaba totalmente consagrado a lo que hacía. Su inspiración lo llevaba a utilizar todos los medios y recursos con la mayor naturalidad. Algunos opinaban que su inspiración se debía al Espíritu de Dios, que llevaba en su penitencia; otros, que era un espíritu maligno o el mismo demonio. Ante lo que Jesús hacía, se daban con frecuencia opiniones diversas, algunas, contradictorias. Pero Jesús nunca quiso imponerse a nadie, se limitó sencillamente a decir que los hombres estarían con él o contra él. (Lc 6,28s; 11,23. Jn 1,32. Mc 3,20-22)

Juan Bautista y sus discípulos se sintieron desde el primer momento impresionados por el Espíritu que reposaba sobre Jesús. Así lo experimentaban siempre, pero en particular después de un sermón, o de algún milagro o de una plática personal. Experimentaban la sensación de estar ante lo sagrado, ante lo maravilloso y único. Este magnetismo, esa fuerza de curación, la sentían en torno suyo como una atmósfera. Incluso su manto parecía emanar algo de lo que Jesús tenía.



El espíritu de Jesús le daba autoridad y lo distinguía de los escribas y fariseos; lo hacía hablar con una convicción profunda, no sacada de libros o de estudios, sino de una vivencia personal. Después de la resurrección este efecto poderoso de Jesús será más notable y para entonces los apóstoles y todos los discípulos podrán tener una idea más clara del eterno significado de la condición humana de Jesús. (Jn 1,32. Mt 8,27; 7,28. Mc 5,15; 5,33; 3,10. Lc 4,36)

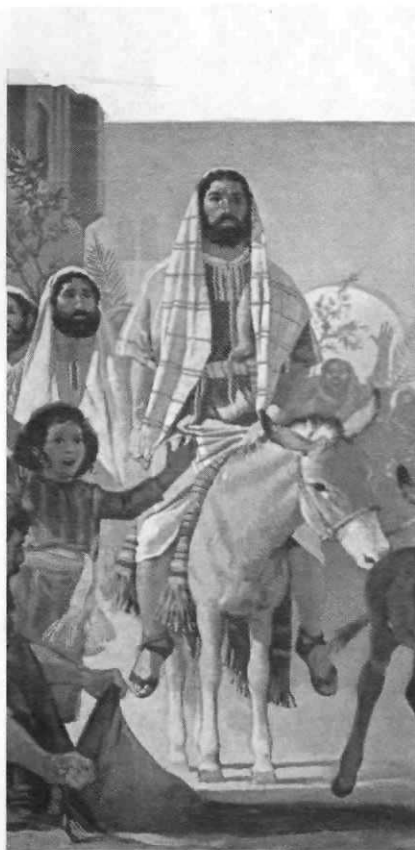
En Jesús lo humano llegó a su culmen de apertura a Dios, y en Jesús también Dios llegó a llenar perfectamente la vida humana. Jesús es el punto de contacto entre Dios y los hombres. Es el cordón umbilical entre el cielo y la tierra. Es el único camino por el que Dios puede entrar al corazón de los hombres, y por eso, también, es el único punto de contacto del hombre con Dios.

Sólo existe una forma de entrar en comunión con Dios: la que Dios ha utilizado para entrar en comunión con el hombre.

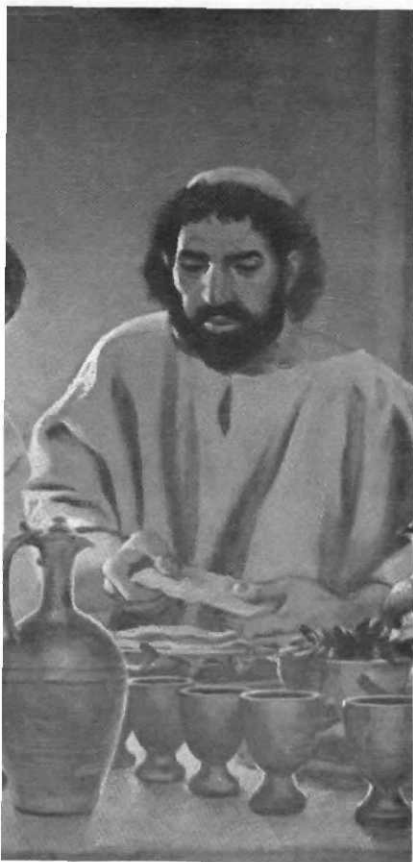
La condición divina de Jesús se manifiesta en la profundidad con que vive la vida humana. A Jesús no se le puede medir con ninguna medida externa. El es el criterio de humanidad.

La historia y la forma de ser que puede captar una fotografía o el cine, tratándose de Jesús, ha escapado para siempre de nuestro alcance.

Actualmente a Jesús se le puede conocer solamente en los Evangelios y con el corazón. Tratándose de Jesús todo mundo puede descubrir algo que nadie antes había descubierto. Ninguna forma de seguir a Jesucristo es la única. Todo mundo está llamado a seguirlo de forma creativa. Lo importante es la persona







de Jesús, a quien se sigue, más que el camino por el que se va. Llega a ser más importante la persona de Jesús que lo que dice y lo que hace.

Lo que dijo e hizo respondía a circunstancias particulares de su tiempo. Lo que es y lo que fue pertenece a todos los hombres. Importa mucho no separar lo que Jesús dijo de Jesús mismo, porque entonces resulta su mensaje despersonalizado; ni tampoco, lo que Jesús hizo de lo que fue, porque entonces resultan acciones insignificantes.

El camino espiritual del cristiano está marcado exclusivamente por Jesús y por lo que él va inspirando a cada uno de los que creen en él. Su ejemplo es una norma de acción y un principio que debe inspirar y regular nuestras propias acciones. Los santos y los caminos que ellos enseñan son una ayuda en la vida de los hombres, pero en realidad no son importantes. San Pablo dice en sus epístolas que lo importante es *"tener los sentimientos que tuvo Cristo"*. Y a sus cristianos les dice: *"Sean imitadores míos, en la medida en que yo lo soy de Jesucristo"*. (Flp 2,1s. 1Co 11,1)

El camino, el proyecto y el plan de trabajo espiritual es el conocimiento interno de Jesucristo en el sentir y la fe de la Iglesia, para más amarlo, seguirlo y servirlo en los demás. Esto es una mina de inspiración que hará efectivo el amor que cada persona logre ofrecerle. Ayudará a cada quien a ser único en la vida y le dictará en cada momento lo más conveniente. Condenará el mal y sugerirá el bien que hay que hacer. Convencerá a cada uno de que realmente *"donde existe el amor, no hay lugar al temor"*. Y que donde los hombres se organizan, se unen y, principalmente, donde los hombres se aman, ahí está Dios. (1Jn 4,18)







- El conocimiento de Jesús no es fruto exclusivo de una investigación histórica.
- Lo que Jesús dijo e hizo es el punto de partida para lo que Jesús dice y hace.
- Un Evangelio sin referencia a mi vida y a los demás no sirve de nada.
- Lo importante de buscar a Jesús es encontrarlo.
- Lo importante de encontrar a Jesús es encontrarlo en los demás. No lo podríamos encontrar si Él no nos estuviera buscando.
- Lo que más une a Jesús es la vida vivida en profundidad.
- El amor a Jesús alimenta e inspira todos los otros amores.
- Lo que pesa en la vida de Jesús no es lo que nosotros leemos, sino lo que vivimos y experimentamos.
- Lo importante de la vida de Jesús no es lo que sabemos con detalle, sino lo que Jesús hizo con ella.
- La vida de Jesús ilumina la propia; y la vida de cada quien es una ventana abierta para conocer la de Jesús.
- La vida de Jesús se refleja en nuestra vida personal y cada momento, importante o no, tiene que ver y se relaciona con los momentos de su vida.
- Creer en la resurrección, en la validez de Jesús y de su vida, es creer que Jesús tiene que ver con nosotros.
- Amar a Jesús es un amor distinto que satisface por encima de todo amor. El amor a Jesús se sustenta con el amor humano.
- Cuando el amor se da es como si todo se diera.
- El amor alimenta el conocimiento y la vida; y la vida y el conocimiento alimenta el amor.
- Un momento precioso de cada día podría consistir en dedicarlo a conocer, amar y servir a Jesucristo en los demás.
- Amar a Jesucristo y amar a los demás, sobretodo a los más necesitados, es lo mismo.





Mayo de 2003

Guadalajara, Jal., México

enero 1985

marzo 1985

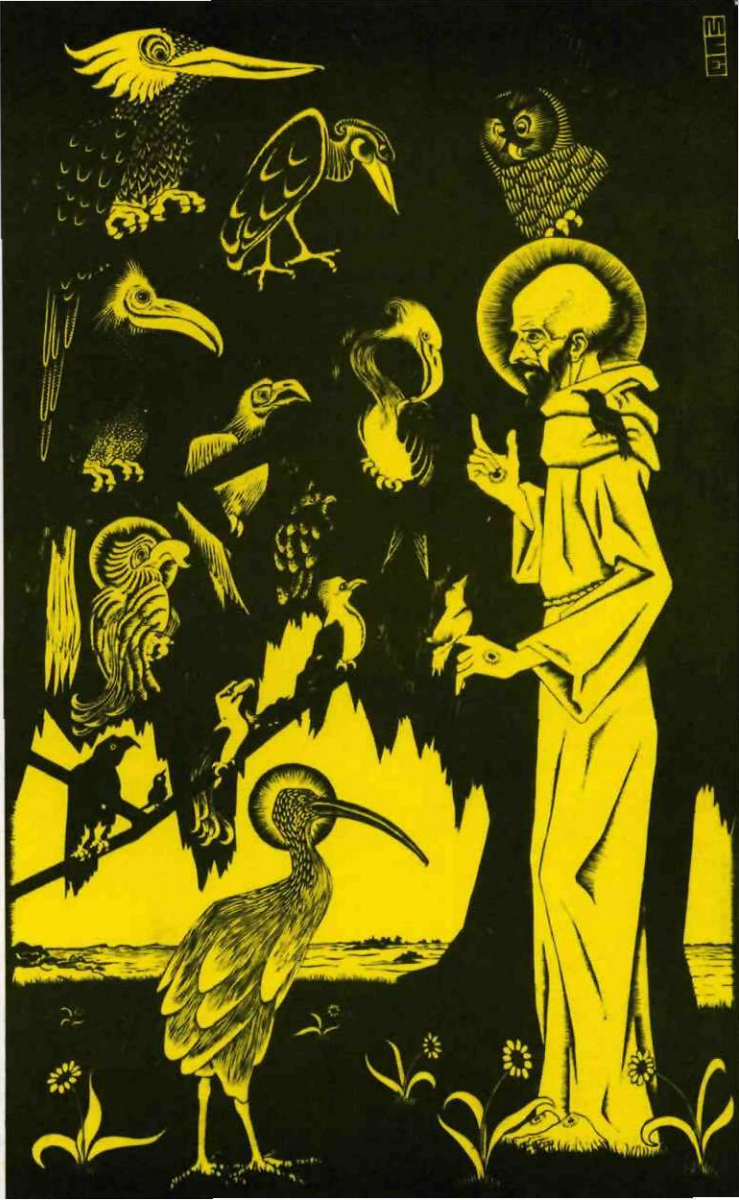
agosto 1986

diciembre 1991

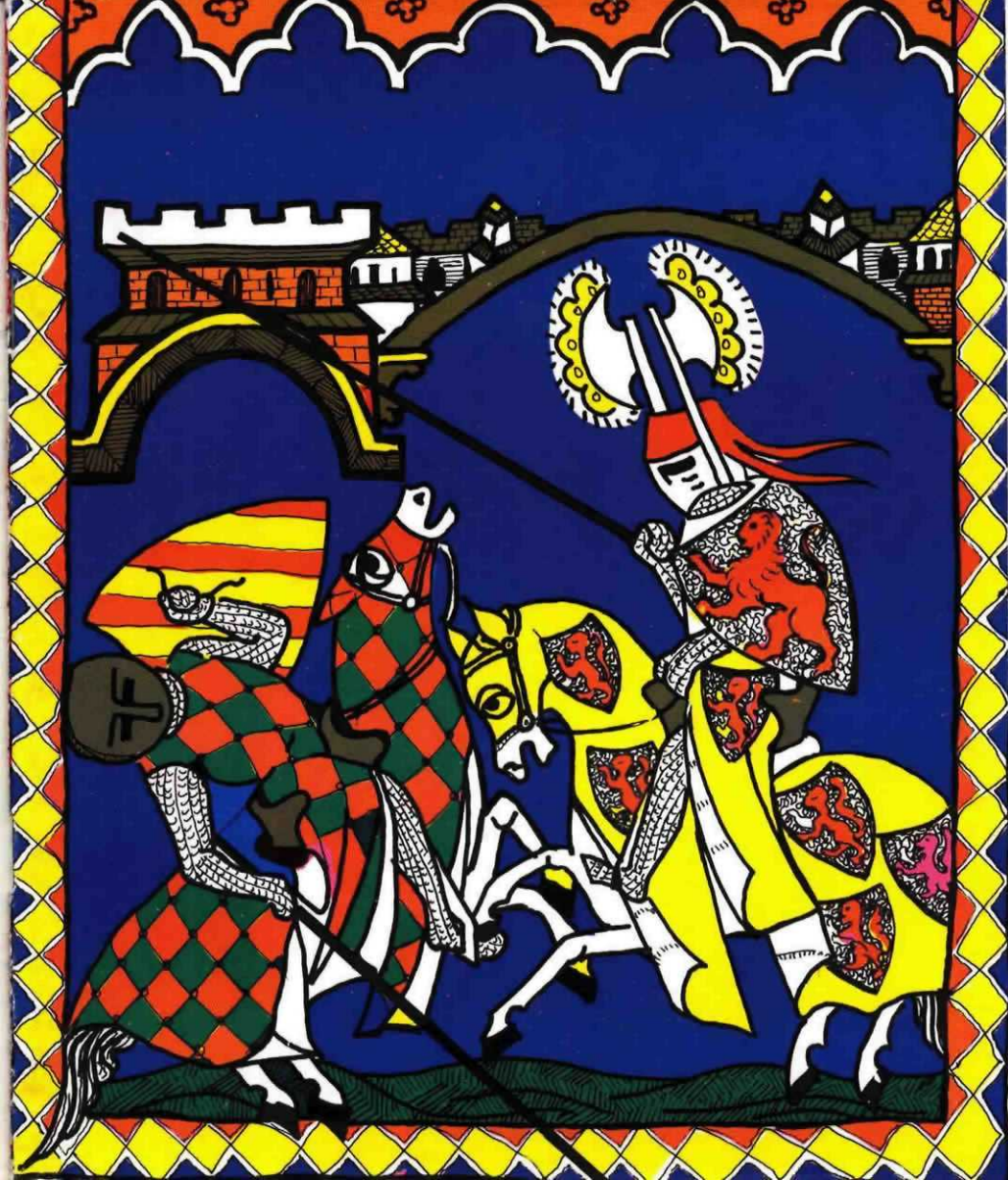
mayo 2003



Todo mundo puede descubrir en  
Jesús algo que nadie antes ha  
descubierto.  
Ninguna forma de seguirlo es la  
única.  
Todos estamos llamados a seguirlo  
de forma creativa.







7

# 2 banderas



La vida cristiana no es solamente  
seguimiento pacífico del señor,  
es también lucha y esfuerzo.

Interiores: grabados de M. C. Escher



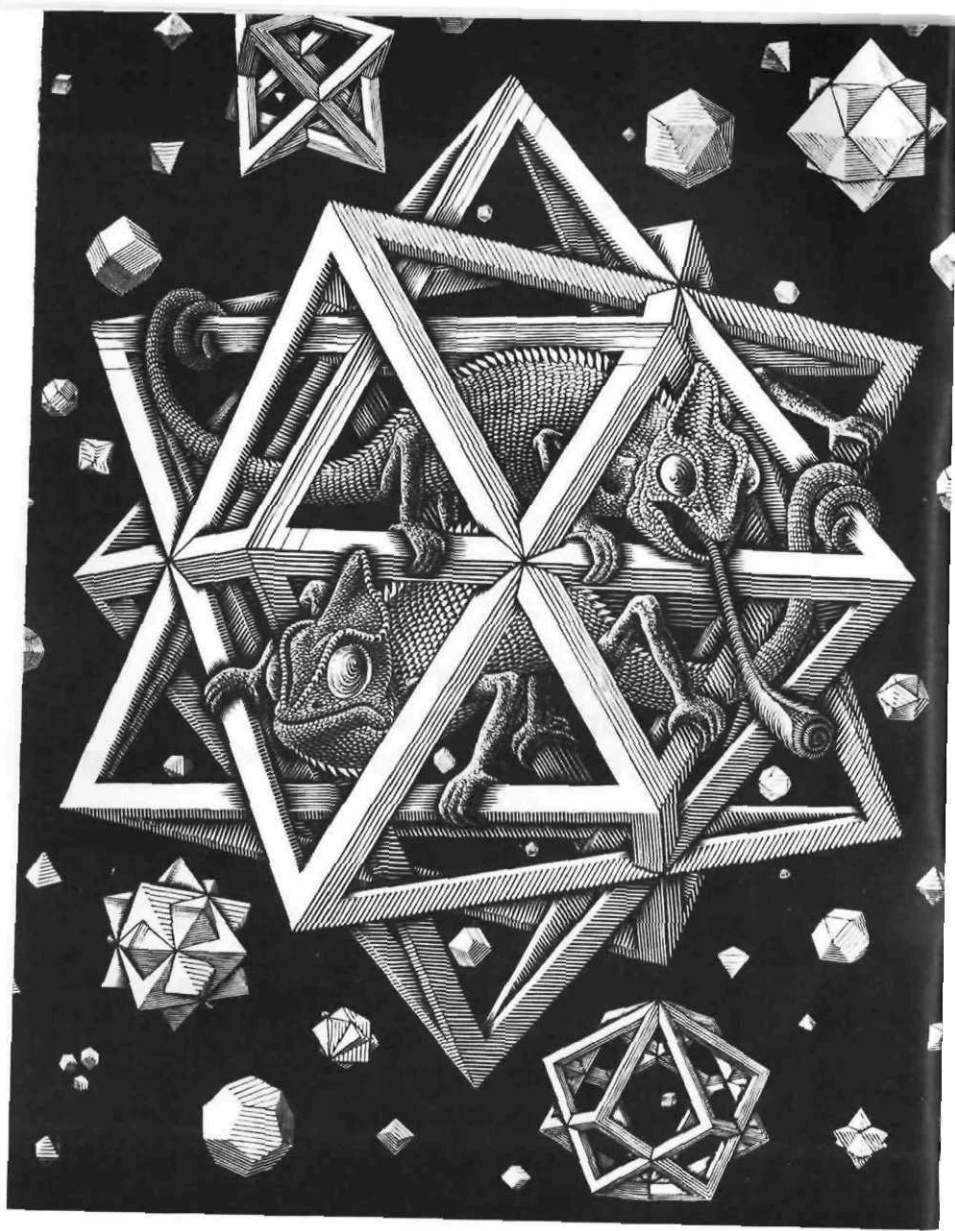
juan manuel garcía de alba, s.j.

**para reconocer posiciones,  
para orientar la vida,  
para luchar en contra del enemigo.**

**una meditación para jóvenes.**

# 2 banderas







En determinadas ocasiones todas las personas se sienten atraídas por fuerzas opuestas. Se experimentan como en medio de un campo de batalla, sin saber si son enemigos de su más íntimo yo.

Sus decisiones, pequeñas o grandes, son importantes para la construcción del mundo. El medio ambiente es la suma de un sinnúmero de decisiones propias y ajenas. El hombre vive bajo innumerables opciones de signo contrario.

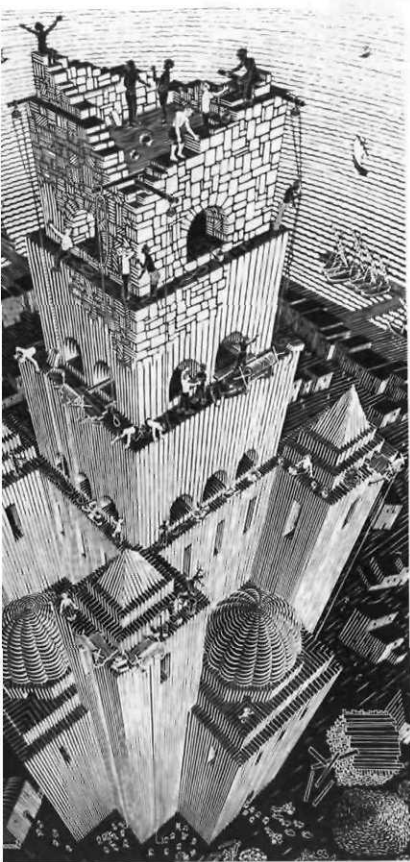
En la vida cada persona puede descubrir aquello que le resulta positivo y también aquello que resulta negativo. El bien y el mal no son dos departamentos o dos etiquetas que uno les pueda poner libremente a las cosas. Son dos direcciones en la actividad humana con distintos objetivos.

Es necesario definir el camino por el que se quiere avanzar. Se necesita saber en qué sentido se va caminando, a quién va uno siguiendo y cuál es la meta del camino que vamos recorriendo.

A través de una alegoría presenta San Ignacio la tensión en que se encuentra el hombre. La meditación de dos banderas nos lleva a descubrir las tácticas de Jesucristo y del Enemigo. Es solamente una forma de







expresión para transmitirnos un mensaje, que a la vez es una experiencia personal.

Esta meditación tiene como punto de partida la experiencia de la vida, ahí trata de descubrir el camino por el que el Señor nos invita a seguirlo y los riesgos y peligros que podemos encontrar.

La meditación describe la Historia de la Salvación en su lucha contra el Enemigo, también la lucha de nuestra propia historia.

Pertenece a la Historia de la Salvación de todos los hombres el sentirse atraído por fuerzas opuestas a Cristo y al Evangelio y por fuerzas que van contra la verdadera realización de la persona.

Solamente quien no se sienta metido en la lucha del bien contra el mal podrá pensar que está al margen de este tema.

A pesar de la sencillez con que San Ignacio propone este tema, fácilmente se advierte la profundidad del mensaje y su referencia a la experiencia personal.

Esta meditación es importante porque ayuda a tomar decisiones definitivas en orden a Cristo y a los valores del Evangelio, y también ayuda a tomar cotidianamente las decisiones que forman la vida diaria.



1. Jesús invita a cada persona a recorrer su propio camino de forma ascendente y dirigido hacia el bien.
2. Al mismo tiempo se dan en el hombre fuerzas destructivas y malas, que van encaminadas hacia la frustración de la persona.
3. El bien empieza y tiene su raíz en el corazón del hombre.
4. Jesús actúa en el interior de cada persona y lo invita a superarse,  
a servir a los demás;  
está siempre a favor del hombre  
y promoviendo todo lo que hay de positivo en él.
5. El mal espíritu promueve y desarrolla la inclinación natural a la autodestrucción.
6. Cada persona puede hacer su propio camino, tanto ascendente como descendente, puede realizarse o frustrarse.
7. Con la experiencia de la vida es posible reconocer los engaños del Enemigo, así como también el camino por el que el Señor nos invita a seguirlo e imitarlo.





## ¿como quieres ser?



Estas preguntas tienen qué ver con la orientación de tu vida

- ¿Hacia dónde vas?
- ¿Qué clase de persona quieres ser?
- ¿Por qué tipo de hombre te decides?
- ¿Cuáles son los valores que determinan tu vida?
- ¿Cuál es el término del camino que vas recorriendo?

La respuesta a estas preguntas se da con hechos más que con palabras. Tú eres responsable no sólo de lo que haces, y de lo que tienes, sino, ante todo, de lo que eres y de lo que haces contigo mismo.

El Enemigo, o tus malas inclinaciones, te impulsan a la autodestrucción. Los grandes hombres también han tenido que vencer sus malas inclinaciones.

Jesús te invita a progresar,  
a superarte a tí mismo,  
a crear un mundo mejor luchando contra el mal, la injusticia,  
el vicio, la mentira.

Tu vida, tu trabajo y tu destino no están trazados de antemano. Tú estás llamado a obrar el bien, a la felicidad y a la vida eterna. Aunque tienes una vocación de Dios que te invita a tu realización, al servicio a los demás y a la felicidad; tú eres responsable de la orientación práctica de tu vida.



*Comenzaremos investigando y demandando,  
al mismo tiempo que se contempla la vida de Cristo  
nuestro Señor, en qué vida y estado de nosotros se  
quiere servir su divina majestad.*

*Y así, para alguna introducción de ello  
en el primer ejercicio siguiente veremos la intención de  
Cristo nuestro Señor,  
y por el contrario la del enemigo del hombre,  
y cómo nos debemos disponer en cualquier estado de  
vida que Dios nuestro Señor nos diere para elegir*

(San Ignacio. Ej. n. 135)

Esta nota introductoria de San Ignacio pone de manifiesto que la meditación de las dos banderas está encaminada a la elección de vida.





## exposición y comentario



*Este Ejercicio, como lo propone San Ignacio, puede ayudarnos a descubrir algo de extraordinaria importancia.*

*El objetivo es doble:*

Primero: "Conocer la vida verdadera que muestra el sumo y verdadero capitán y gracia para imitarle". Es decir, pretendo conocer el camino por donde Jesucristo me invita a seguirlo e imitarlo en adelante. (Ej. n. 139).

Segundo: Conocer las tácticas o estrategias del enemigo... o conocerme a mí mismo de tal manera que pueda saber cuáles son los puntos débiles, mis hábitos o condicionamientos particulares que me puedan apartar del Señor. En el lenguaje del Santo "conocer los engaños del enemigo para de ellos me guardar" (Ej. n. 139).

Lo característico de este Ejercicio es ayudar a esclarecer cómo y en qué debo imitar y seguir a Cristo. Se trata de descubrir el camino de vida por el que el Señor me invita a seguirlo, en oposición al camino del mal por el que el Demonio me atrae.

### **1 Jesús nos llama a colaborar con él**

En el Evangelio es clara la invitación que Jesús nos hace a seguirlo (Jn. 1,35-51; Mt. 9,9).

Jesús llama a sus discípulos para que lo sigan en una actitud de confianza en la proclamación del reino. La falta de confianza se opone al llamamiento de Cristo.



Es necesario anteponer a Jesús a todas las cosas y ser profundamente libre ante la familia, los bienes, el trabajo, el lugar, etc. Todo se opone a Cristo cuando Cristo no está antes que todo. Y por el contrario, todo puede contribuir a proclamar y vivir el Evangelio si Cristo lo motiva.

Jesús pidió a sus discípulos que dieran gratis lo que gratis habían recibido (Mt. 10,8; 1Cor. 9,17s.).

que fueran a todas partes a anunciar el Evangelio,  
que se dirigieran a todas las personas,  
que lo imitaran en la amabilidad, la humildad, el servicio y la entrega a los demás,  
que fueran hombres de oración.

Además, en el momento presente, Jesús tiene demandas particulares para cada uno. Cada persona tiene una misión especial que cumplir.

Jesús escoge y envía personas, discípulos y apóstoles a todas partes del mundo y a todos los hombres, para continuar su obra y su misión salvadora. Esa es la auténtica vocación a la que Jesús llama y esa es la misión a la que Jesús envía.

Jesús envía a sus siervos y amigos, y les encomienda que se dirijan a todos...

sin distinción de personas,  
ni de lugares,  
ni de tiempos.

En estos tres aspectos su misión es universal. Jesús sigue haciendo del hombre su principal aliado en la salvación de todos los hombres. Nosotros también participamos de la misión







salvadora de Cristo nuestro Señor.

No es lícito reducir el mensaje del Evangelio a una enseñanza o a una práctica particular (a no ser el ejercicio del amor), sin embargo San Ignacio descubre una dinámica como la más común, dice que Jesús exhorta a sus discípulos a:

1º Poner su confianza sólo en Dios (pobreza espiritual, Ej. n. 146).

Y si Jesús llama a cada uno, también a pobreza actual, es decir a carecer de lo necesario en la misión y en su seguimiento.

2º A no temer, e incluso a "desear oprobios y menosprecios" para conseguir la humildad; sabernos y aceptarnos como somos ante Dios y ante los demás.

3º A ser tratados como somos, como "personas humildes" La verdad es que necesitamos la ayuda de Dios y de los demás en todo momento.

Jesús se opone al Enemigo del hombre

Y propone:

- pobreza contra riqueza,
- menosprecio contra honor mundano,
- humildad contra soberbia. (Ej. n. 146).

Jesús sabe que su misión consiste en expulsar al Demonio del interior del hombre y liberarlo de las fuerzas del Enemigo.

Jesús tomó en serio la tradición y las creencias de su pueblo con respecto al Demonio. La convicción de Jesús en la existencia del Demonio es importante en el modo de realizar su misión. Muchas de sus curaciones las consideró como parte de un



proceso de liberación del poder del Enemigo (Mt. 12,22-30; Mc. 3,22).

“Si por el Espíritu (la fuerza) de Dios expulso yo a los demonios, es que ha llegado a ustedes el Reino de Dios”  
 “o, ¿Cómo se puede entrar en la casa de un hombre fuerte y saquear su hogar, si no le ata primero?” (Mt. 12,28-29).

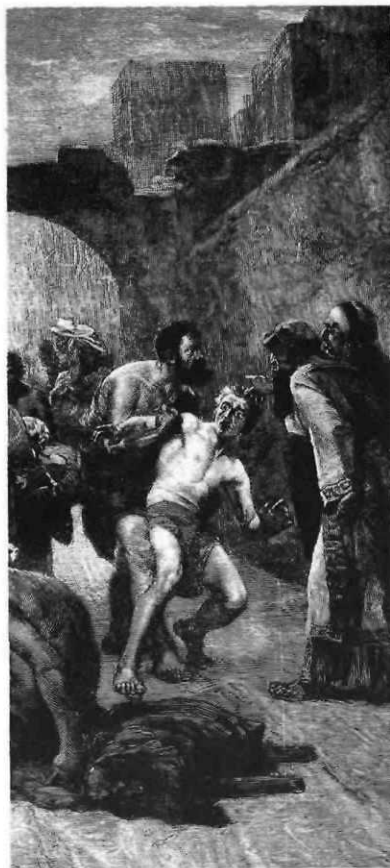
Si el Enemigo logra apoderarse del corazón del hombre se habrá perdido lo principal, y desde ahí será fácil impedir el cumplimiento de la misión.

El verdadero campo de batalla es el corazón del hombre y no tanto el mundo exterior. El Demonio no es una fuerza física; y por eso no se le puede atrapar, ni medir ni destruir, es una fuerza espiritual que ataca en lo íntimo de la persona. Del corazón y de la mente surgen las decisiones de los hombres, y por eso es ahí el lugar de acción del Señor y del Enemigo.

La idea del Enemigo interesado en el daño del hombre es frecuente en el Nuevo Testamento. Aparece varias veces en la predicación de Jesús. En el Evangelio, el Demonio es una fuerza personal, activa en el mundo, opuesta al bien del género humano, y por eso también es enemigo de Cristo y de su obra salvífica.

—Jesús propuso a los discípulos esta otra parábola:

“El Reino de los Cielos es semejante a un hombre que sembró buena semilla en su campo. Pero, mientras su gente dormía, vino su enemigo y sembró encima cizaña, entre el trigo, y se fue...” (Mt. 13,24-26).







“Explicanos la parábola de la cizaña en el campo,  
 —le dijeron los discípulos—  
 El que siembra la buena semilla es el Hijo del Hombre,  
 —contestó Jesús—  
 El campo es el mundo,  
 la buena semilla son los hijos del Reino,  
 la cizaña son los hijos del Maligno,  
 el enemigo que la sembró es el Diablo.  
 La siega es el fin del mundo,  
 y los segadores son los ángeles” (Mt. 13,37-39).

La lucha de Jesús contra el Demonio es clara. Aparece explícitamente en las tentaciones del desierto. Ahí Jesús se enfrenta directamente con el Enemigo:

El Enemigo:

—“Haz que estas piedras se hagan pan”.

Jesús:

—“No sólo de pan vive el hombre”

El Enemigo:

—“Si eres el Hijo de Dios, lánzate...”

Jesús:

—“No tentarás al Señor tu Dios”

El Enemigo:

—“Todo te lo daré, si me adoras”

Jesús:

—“Al Señor tu Dios adorarás  
 y a El sólo servirás”

(Mt. 4,1-11).



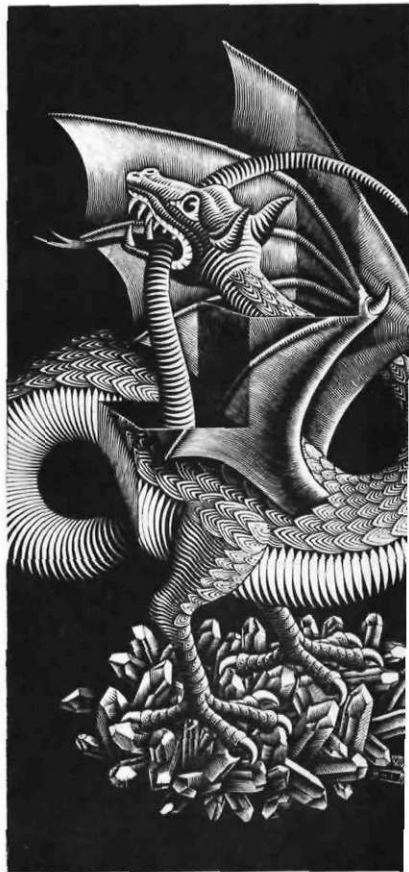
## 2 El valor de tu experiencia

El Enemigo usa una táctica especial para cada uno y en este momento de tu vida ya te resulta conocida. La experiencia de la vida, esa que es distinta para cada uno de nosotros, descubre los puntos débiles que necesitan ser reforzados y advertidos para prever el futuro y para que nuestra opción por Jesucristo se haga cada vez más eficaz. Nos descubre aquellos puntos en que las circunstancias y nuestros condicionamientos nos han hecho vulnerables. Dado que no estamos empezando a vivir, sino que llevamos inevitablemente una carga de experiencias, que en este caso pesa mucho y nos hacen débiles, debemos proceder inteligentemente para usar cierta táctica y no dejarnos vencer. Es necesario tomar posesión de nuestra propia experiencia: de eso que he vivido ayer y que perdura. Porque de una u otra forma llevamos dentro nuestros hechos.

El reconocer el pasado puede hacernos más seguros y más fuertes y nos sirve para definirnos más con respecto al equipo en que queremos jugar. —La meditación de San Ignacio podría traducirse en términos deportivos, en lugar de imágenes de guerra—. Hay unos que juegan por el engaño, el fraude, el error, instrumentalizan a los demás, dañan y se hacen daño, y tratándose de la dinámica afectiva y sexual, encuentran más gusto en perder terreno que en ganar en valoración y entrega.

### Las tácticas del Enemigo

San Ignacio advierte que el Enemigo lo invade todo, que “no deja lugar, estado o persona”, sin tentación (Ej. n. 141); que en la mayoría de las personas el Enemigo entra por







- 1) el deseo de riquezas,
- 2) el vano honor del mundo
- 3) y la soberbia.

Así que son tres escalones: riqueza, honor y soberbia y de ahí todos los otros vicios (Cfr. Ej. n. 142).

Además de este proceso tan peligroso, hay otros muchos; cada quien tiene su punto débil...

Pero el objetivo de la meditación no es solamente descubrir las tácticas particulares del Enemigo; es más importante descubrir el camino que el Señor nos invita a caminar con él. La experiencia de la vida, lejos de ser solamente una experiencia negativa, es una experiencia de nuestra propia realización.

También la vida nos va descubriendo a Jesucristo y vinculándonos con él (incluso en nuestros aspectos negativos).

El Señor va haciendo con cada uno su respectivo camino, y el camino recorrido y por recorrer tiene una dirección y una meta. Hay una virtud, una actitud o un campo de acción donde el Señor espera nuestro trabajo y nuestra participación.

El objetivo principal de este Ejercicio es descubrir cuál es la *táctica de Jesucristo para jugar con El, leyendo nuestra propia historia y el Evangelio*. Hay que ver, con la vista de la imaginación, aquellos rasgos de Jesucristo que me atraen; oír su llamado y seguirlo; imitarlo creativamente en lo que me impresiona e inspira.



Jesús quiere ser el centro de nuestro corazón, y desde ahí inspirarnos lo que debemos hacer y motivarnos desde lo más profundo de nuestro ser personal. Jesús quiere transformar nuestro ser, y nuestra forma de actuar.

No está por demás advertir que todo aquello que es generosidad, salir de nuestros propios intereses, aceptación de los demás, entrega y servicio, todo aquello que promueve el bien, la verdad y la virtud es una forma real de seguir a Jesucristo.

Convendría terminar con la petición con que empezamos: "Conocimiento de la vida verdadera que muestra Jesús y gracia para imitarlo y seguirlo".

### El Coloquio

Pedirle a Nuestra Señora  
que me consiga de Jesús  
el que me acepte con El, en pobreza espiritual,  
y si me quiere elegir y recibir,  
también en pobreza actual,  
y en pasar oprobios e injurias  
para más imitarlo.

Pedir otro tanto a Jesús para que me lo alcance del Padre.

Y pedirselo al Padre, para que me lo conceda, (Ej. n.147)

por Jesucristo, por quien concede al mundo todos los bienes.







### Tarea:

Podría señalarse como trabajo personal descubrir las propias dinámicas positivas y negativas. Los procesos pueden ser tan distintos como las personas. El verdadero pecado consiste en el "importamadrismo" espiritual que se puede dar en el alcohol, la droga, la mentira, el sexo, la falta de responsabilidad.

### ¿Cómo procede Jesús y el Enemigo?

#### Ejemplos:

#### El Enemigo:

- 1.-a) Deseo de riqueza  
b) Riquezas  
c) Autosuficiencia  
  
d) Desprecio de los demás  
(e inmersión en lo temporal)  
e) Desprecio del Señor
- 2.-a) Desorden afectivo  
b) Desorden sexual  
c) Despersonalización  
d) Instrumentalización  
e) Esclavitud al ego
- 3.-a) Pereza  
b) Irresponsabilidad  
c) No servicio a los demás  
d) No servir y seguir al Señor

#### El Señor Jesús:

- 1.-a) Confianza en Dios  
b) Pobreza  
c) Solidaridad con los necesitados  
d) Entrega a Cristo en los demás  
e) Encontrar y amar a Cristo en todo.
- 2.-a) Desarrollo afectivo  
b) Madurez sexual  
c) Amor personal  
d) Ser para los demás  
e) Ser para Cristo
- 3.-a) Desarrollo y preparación  
b) Realización en el servicio  
c) Trabajo personal  
d) Servir en el amor y seguimiento del Señor

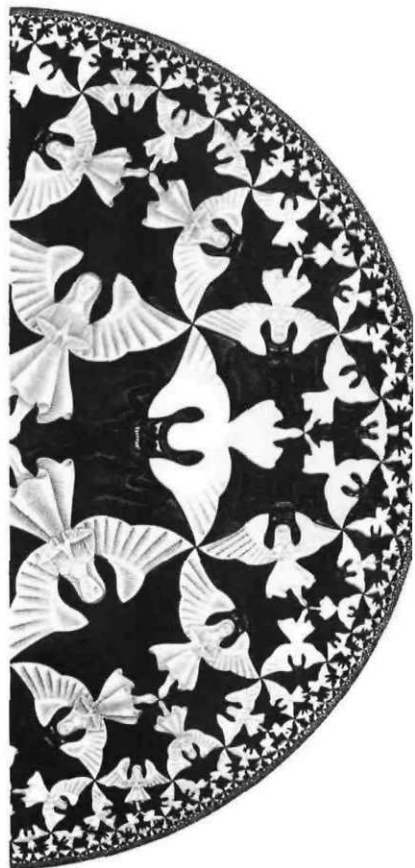


- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| 4.-a) Busca un pretexto              | 4.-a) No te engañes                           |
| b) Conviértelo en ocasión            | b) Apartate de las ocasiones                  |
| c) No le des importancia             | c) Piensa lo que vas a hacer                  |
| d) Haz lo que no te atrevías a hacer | d) No hagas algo de lo que debas arrepentirte |
| e) Hazlo otra vez                    | e) No lo vuelvas a hacer                      |

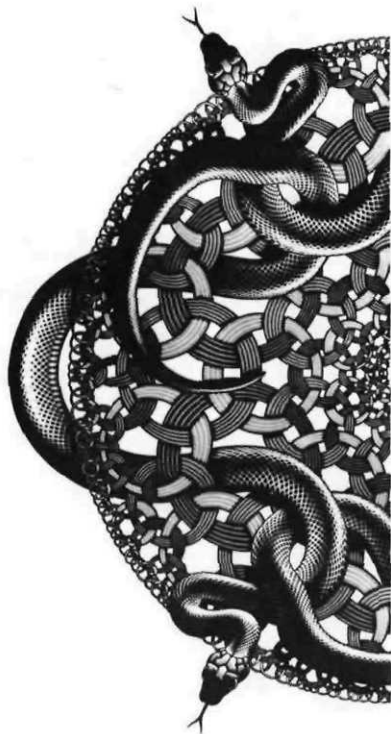
N.B. No importa identificarse o verificar alguno de estos procesos; lo que importa es descubrir el propio, y sobre todo, descubrir por dónde me invita el Señor a seguirlo y construir el camino.

## sugerencias

1. Es conveniente no darle al Demonio mucha importancia.
2. Es más importante fomentar la confianza en Dios que el temor al Demonio.
3. *Si se piensa en el Demonio como en un ser concreto y personal, recordar que Jesús lo venció de una vez por todas y para siempre.*
4. Es más importante y positivo creer en Jesús que creer en el Demonio. La revelación es para llevarnos a la confianza en Dios más que al temor del Demonio.
5. El Demonio no puede apoderarse de alguien que de verdad ama a Jesucristo y a los demás.
6. El Demonio no tiene más poder e importancia que el que nosotros le damos.



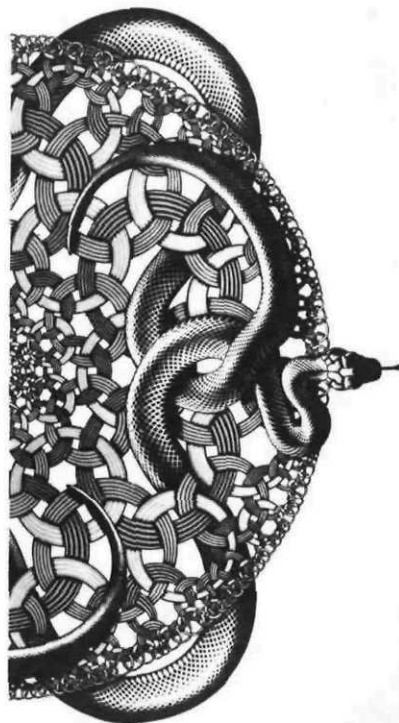




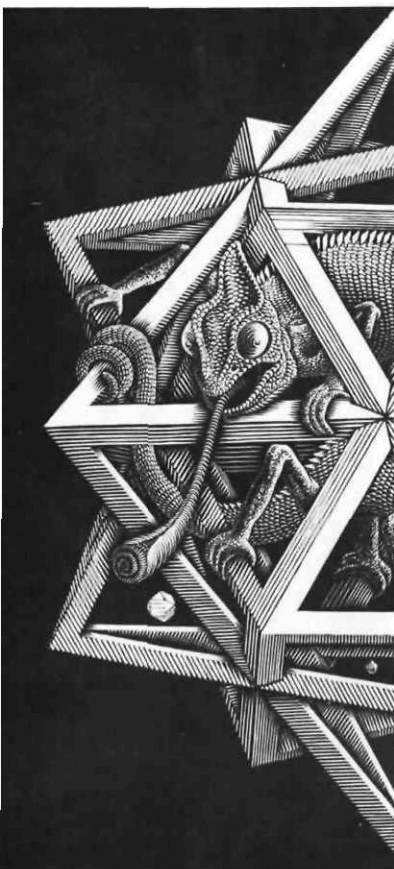
- |   |  |
|---|--|
| 1. Sigue a Jesús quien trata de ser sincero, y obra bien, y va de bien en mejor (Ej. n. 315, 331).                              | 1. Sigue al Enemigo quien obra mal, y con malicia, y va de mal en peor (Ej. n. 315, 331).                                      |
| 2. Es propio de Jesús animarnos y ayudarnos a obrar el bien (Ej. n. 316).   | 2. Es propio del Enemigo tratar de disuadirnos del bien (Ej. n. 316).  |
| 3. Los buenos pensamientos, deseos e inspiraciones proceden de Jesús, y debemos darles entero lugar y abrir la puerta del alma. | 3. Los malos pensamientos y deseos proceden del Enemigo, no conviene darles lugar en el corazón. (Ej. n. 316).                 |
| 4. Es propio del Señor llevarnos por el camino de la alegría, de la paz y del optimismo (Ej. n. 329).                           | 4. Es propio del Enemigo llevarnos por el camino de la tristeza y la depresión (Ej. n. 329).                                   |
| 5. Es propio del Señor dar entendimiento y no confusión, esperanza y no inconfianza.  | 5. Es propio del Enemigo crear confusión, inseguridad y desconfianza.  |
| 6. Es propio del Señor despertar en nosotros el gusto y la alegría de servirlo y seguirlo (Ej. n. 320).                         | 6. Es propio del Enemigo inquietar con falsas razones y poner dificultades ficticias para impedir que avancemos. (Ej. n. 315). |
| 7. Es propio del Señor movernos al amor y a la generosidad sin causa previa (Ej. n. 316 y 330).                                 | 7. Cuando en nosotros hay sentimientos de rencor y odio, es claro que no los causa el Señor (Ej. n. 317).                      |



- |  |   |
|--|---|
| 8. Es propio del Señor aumentar nuestra fe, esperanza y amor y todo deseo de generosidad y entrega (Ej. n. 316). | 8. Y es propio del Enemigo disminuir nuestra fe, esperanza y amor (Ej. n. 317).   |
| 9. El buen espíritu nos muestra o inspira el camino que debemos seguir y nos enseña a huir de lo contrario.      | 9. El mal espíritu impide el cambiar de forma de vida con falsas razones. (Ej. n. 315).   |
| 10. Para desterrar malos pensamientos lo mejor es distraerse ocupándose en buenas acciones. (Ej. n. 314).        | 10. Es propio del Enemigo distraernos del bien con malos pensamientos o deseos.   |
| 11. Es conveniente no hacer caso de pensamientos o malos deseos, cuando la opción es hacer la voluntad de Dios.  | 11. El enemigo trata de crear angustia espiritual que nos impide actuar (Ej. n. 335).   |
|  | 12. El Enemigo es débil en sus intenciones cuando se le resiste con decisión y fuerte cuando se condesciende en la tentación. (Ej. n. 325).     |
| 13. Es propio del buen espíritu movernos a actuar abierta y humildemente.  | 13. El Enemigo es más fuerte cuando está oculto y secreto; y es débil cuando se descubre su tentación a una persona experimentada (Ej. n. 326). |







- |  |  |
|--|--|
| 15. Si el principio, medio y fin de un pensamiento, deseo o acción es bueno, es señal del buen espíritu (Ej. n. 333).                        | 14. Es propio del Enemigo atacar por la parte más débil (Ej. n. 327).  |
| 16. Es propio del Señor invitarnos a seguirlo por el mismo camino.   | 15. Es propio del mal espíritu engañarnos con buenos pensamientos o intenciones al principio, pero después, poco a poco, inducir a malos fines (Ej. n. 332). |
| 17. El buen espíritu conduce suavemente y sin violencias a aquellos que van de bien en mejor (Ej. n. 335).                                   | 16. Es propio del Enemigo tentarnos más o menos de la misma forma; y por eso es posible conocer sus engaños. (Ej. n. 334).                                   |
| 18. Si se está de parte del Enemigo, se siente inquietud cuando actúa el buen espíritu, y las tentaciones llegan con suavidad. (Ej. n. 336). | 17. El mal espíritu se presenta de forma violenta, quita la paz, y causa tensión y miedo (Ej. n. 335).   |
|  | 18. Cuando se está de parte del Señor, el mal espíritu inquieta y el buen espíritu llega con paz y alegría.  |

Esto sucede porque las tentaciones de la persona van de acuerdo con su disposición; si es similar entra suavemente, como en su propia casa, si es contraria llega con ruido y ásperamente (Ej. n. 336)



## la raíz de lo positivo y lo negativo

La visión cristiana del mundo atribuye a Dios lo positivo: porque Dios es bueno, fundamenta el bien y no el mal.

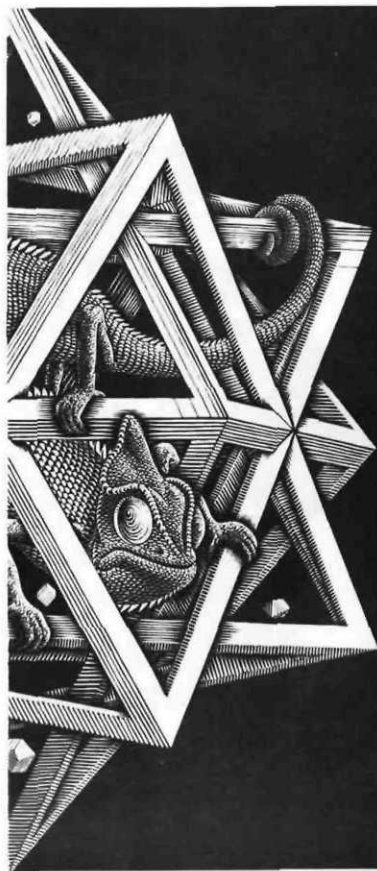
Dios se manifiesta en la bondad, la verdad, la justicia, el amor, la santidad. Dios promueve y sustenta en el género humano lo que se fundamenta en El y no lo que se le opone. Dios es verdadero, santo y bueno, y por eso es el fundamento de la realidad, la verdad, la santidad. Es el fundamento del bien.

Para el hombre que cree en Dios, la orientación de todo su actuar debe encaminarse a promover el bien y la justicia, y en combatir el mal y la injusticia. Dios no es una meta ideal, sino un imperativo de acción que invita al hombre a ser mejor. Creer en Dios y no optar por el bien, la verdad, la justicia, la libertad, la unidad, es lo mismo que no creer en El. Y al contrario, la opción por estos valores encierra, al menos implícitamente, una opción por Dios.

Como creador, Dios promueve el bien, el desarrollo y el progreso, así como la unidad y la justicia; y se opone al mal y a la frustración del hombre; lucha contra el mal y la injusticia. Dios se manifiesta en la promoción de la virtud y en la oposición al mal.

La relación con Dios consiste en vivir conscientemente bajo su acción. Esta acción de Dios la realiza Jesucristo, y es una acción salvífica que lleva al hombre a trabajar por su propia liberación. La auténtica fe se expresa en una auténtica vida cristiana que trata de vivir aquello que espera por la fe.

Para el creyente el fundamento último y la fuente del bien y de la salvación es Dios. y Jesús es Aquél por quien Dios se hace salvador de los hombres; es, de hecho, la posibilidad salvadora de Dios. Jesús sigue siendo quien salva al hombre tanto a nivel





personal como a nivel social. La salvación continúa en la historia, en la acción de Jesús desde el hombre, en el hombre y para el hombre.

Jesús es Salvador del mundo no solamente porque murió por todos, sino también porque sigue salvando al mundo desde el corazón de todos los hombres.

Si en el mundo se encuentra un hombre que lucha contra el mal y la injusticia o promueve el bien, la verdad o la virtud, ese es un tesoro de Dios escondido en la tierra.

El sufrimiento, la injusticia, la guerra no tienen en Dios su fundamento inmediato. Son realidades opuestas a la voluntad de Dios. El mal tiene su raíz en la ausencia de Dios en el hombre o en lo que el hombre hace; como la obscuridad es la falta de luz, así también el mal es la falta del bien.

Hay el peligro de pensar que el bien y el mal se encuentran en el mundo químicamente puros; como si el bien solamente fuera bueno y el mal solamente malo. En realidad el bien se encuentra casi siempre mezclado con una dosis de mal, y el mal con una dosis de bien. Por eso el mal casi nunca es absolutamente malo, siempre hay algún aspecto bajo el cual puede ser apetecido y añorado; y el bien puede tener algún aspecto bajo el cual puede ser temido y no deseado.

El mal es un vacío, una exigencia del bien no realizado; lo que hay de malo en una cosa no es lo que hay de orden, de realidad o de valor, sino lo que falta de orden, realidad y valor.

Tal vez te sea fácil reconocer que hay algo de tí que está de acuerdo con el mal. Como también hay algo en tí que está de





acuerdo con el amor, con el crecimiento, con el bien. Tú debes decidir, por dónde quieres caminar, cómo quieres ser, conociendo y rechazando parte de tí mismo.

El camino a todo lo bueno arranca de tu opción del corazón. En tu corazón empiezas a ser tú mismo.

Ser yo significa tener un camino que va desde el yo real hasta el yo ideal, o mejor, como diría San Pablo, desde el hombre viejo al hombre nuevo. (Ef. 4,22).

Dios ha tomado algunas opciones definitivas con respecto a tí: quiere que vivas, te acepta como eres, desea que te superes, que seas feliz y que colabores hacer felices a los demás.

El principio de toda sabiduría, el fin de la soberbia, el origen de la humildad, consiste en la fidelidad a lo real. La fe exige que te conozcas a tí mismo, te aceptes y te ames desde Dios.

El mayor y el mejor regalo de Dios a tí eres tú mismo. La mejor muestra de gratitud es aceptarte.

Ser hombre es una vocación a la confianza y no a la angustia. La angustia es propia del ateo, la confianza, del creyente.

Crecer como hombre no significa salirse de uno mismo, significa aceptarse a sí mismo, y construir echando el cimiento en el corazón; porque sólo vale y da auténtico fruto, lo que tiene su raíz en el corazón. El corazón es la fuente de tu forma de ser y actuar, y de tus opciones.







Este cuadernillo es uno más de la serie que ha venido publicando el P. García de Alba como una ayuda para hacer los Ejercicios de San Ignacio, o para mantener el fruto de ellos, o para meditarlos en la vida diaria.

El primer cuadernillo “¿DONDE ESTAS?” me ayudó a ubicarme en el plan de Dios. “CONMIGO” es el eco de la meditación que San Ignacio presenta en los Ejercicios como tema clave en la vida cristiana: el seguimiento.

Otro de los cuadernillos presenta a Jesucristo con gran sencillez y profundidad. Descubrir a Jesucristo en su forma de ser presentada en el Evangelio motiva una forma de seguimiento y de amor en el servicio a los demás.

El cuadernillo “ELECCION” me sugirió una forma concreta de analizar mi vocación y mi libertad interior para poder seguir a Jesucristo. [Este cuadernillo nos describe a todos los hombres como de hecho vivimos, atraídos por fuerzas opuestas].

Un cuadernillo más: “PARA AMAR” me hizo pensar en la relación de Jesús con el mundo, con mi trabajo, con mis hermanos, con el universo. San Ignacio, en “La meditación para alcanzar amor” me hace pensar en la presencia, en la actividad y en el amor de Jesucristo que se manifiesta en la vida ordinaria: Jesucristo está en todo. ¡En todo, absolutamente! En lo más cotidiano de mi vida, en lo que aparentemente no tiene sentido, en todos los seres a los que “da el ser”, pero principalmente en mis hermanos, ante los que yo paso de largo: ahí está Jesucristo siempre, en espera de mi reconocimiento, de mi amor y de que haga algo por ellos.

Creo que esta serie de cuadernillos se complementan unos a otros como una invitación continua cuyo lenguaje y profundidad, pueden hacer que cualquier persona atenta se vincule con quien de hecho siempre ha estado unido a nosotros: JESUCRISTO, de quien “nos viene el ser y la vida” y quien “desea dárseme, como hermano en la carne, como maestro y guía, en el Evangelio; como precio de nuestra salud, en la cruz; como mantenimiento y compañía, en la Eucaristía; como premio, en la vida eterna” (“PARA AMAR” Pág. 12).

Luis Armando Aguilar Sahagún



**Para San Pablo, la vida espiritual  
es un combate interior**

"Nuestra lucha no es contra hombres de carne y hueso, sino contra (fuerzas espirituales) los Principados, las Potestades, contra los dominadores de este mundo tenebroso, contra los esíritus del mal que están en las alturas. Por eso tomen las armas de Dios, para que puedan resistir en el momento difícil, y después de haber vencido, mantenganse firmes.

¡De piel, pues; ceñida su cintura con la verdad y revestidos de la justicia como coraza, con los pies calzados con el celo del Evangelio de la paz, siempre con el escudo de la fe, para que puedan detener con él todas las flechas encendidas del maligno.

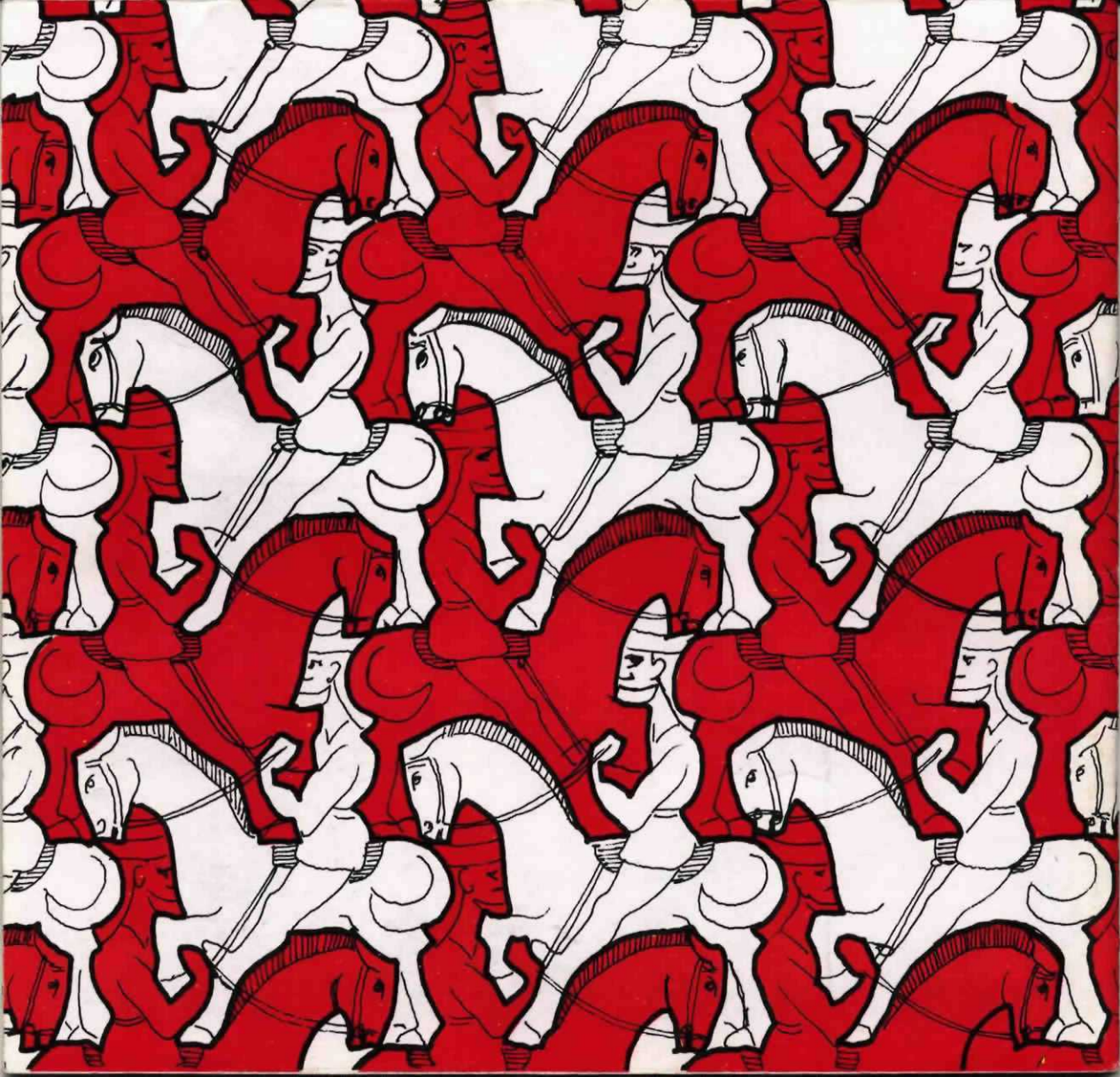
Cúbranse también con el casco de la salvación y la espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios.

Al mismo tiempo, manténganse en oración y súplica, orando en toda ocasión en el Espíritu, velando juntos con perseverancia e intercediendo por todos los santos."

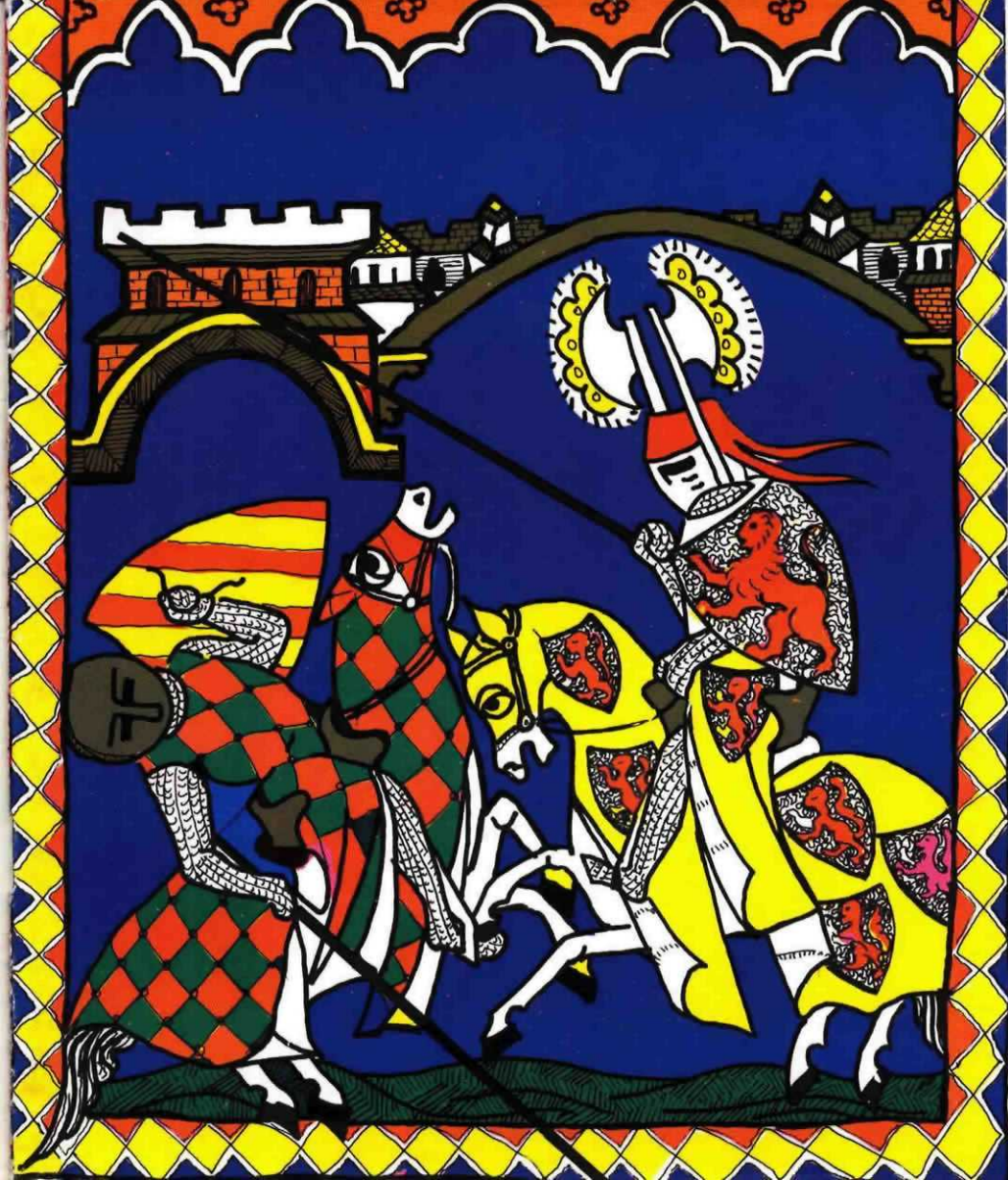
(Ef 6, 10-19)

Tercera Edición  
Abril de 2000  
Guadalajara, Jal. México









7

# 2 banderas



Fresco de la Iglesia de Sopocani en Yugoslavia  
interiores: grabados de M.C. Escher.



juan manuel garcía de alba s.j.

**tres actitudes ante las cosas  
y tres formas de amar a Jesucristo.**

**dos meditaciones importantes  
en los ejercicios de san ignacio,  
que pueden ayudar a hacer una buena  
elección de vida.**

# 3 actitudes



QUENTIN METSYS  
*El prestamista y su esposa*





San Ignacio propone, en los Ejercicios Espirituales, una meditación que llamó de "tres binarios". En ella toma como ejemplo tres pares de personas con distintas actitudes ante sus posesiones.

Este ejercicio lo propone para ayudar a cada persona a tomar una decisión, una vez que descubra cuál es su actitud ante las cosas. Así queda esta meditación *directamente vinculada con la elección de vida*. Responde a la pregunta:

¿Qué debo hacer con todas mis cosas,  
con todo lo que poseo,  
incluso, con mis cualidades,  
para que sea más completa y más real mi  
determinación de seguir a Jesucristo?

La pregunta recae en aquellas cosas a las que debo renunciar, pero también en aquellas que debo elegir o aprovechar para seguir más de cerca y más eficazmente a Jesucristo.

Luego propone San Ignacio otra serie de reflexiones que llama "Tres maneras de humildad"; en realidad habla de tres formas en que se manifiesta el amor a Jesucristo en la vida cristiana. Con ellas quiere ayudarnos a descubrir la forma como debemos amar a Cristo en las diversas circunstancias de nuestra vida y a elegir aquella manera de amar que más nos vincule a Jesucristo.





## meditación de tres binarios

### ejercicios espirituales de san ignacio, No. 149-157.

En esta meditación quiere San Ignacio que consideremos la actitud ante el dinero de tres clases de personas, para que ayudados con estas consideraciones sepamos lo que conviene que hagamos nosotros ante nuestros bienes.

*"El capital" de que habla es una fuerte suma de dinero, pero esto es solamente una comparación; puede tratarse, en efecto, de una decisión ante el dinero, pero el capital puede ser también todo aquello con lo que cuenta una persona. El capital es todo lo que hemos recibido con la vida, y todo lo que hemos adquirido en ella, todo aquello que puede ayudarnos o estorbarnos para seguir a Jesucristo y proclamar el reino. Puede ser todo lo que nos quite libertad para anunciar el Evangelio, pero también puede ser todo lo que nos ayude a vivirlo y anunciarlo eficazmente.*

"El capital" es el objeto del discernimiento, y por eso puede ser aquello a lo que se renuncia o aquello que se elige; según nos ayude, o no nos ayude, a seguir a Jesucristo en la misión apostólica.

A esa cantidad de recursos la llama también San Ignacio "la cosa adquirida", o "los 10,000 ducados".

En los tres grupos de personas que presenta San Ignacio podemos distinguir algunas semejanzas y diferencias:



### Los tres tienen en común:

■ El deseo sincero de hacer la voluntad de Dios: "Hallar en paz a Dios nuestro Señor".

■ El capital de cada uno está lícitamente adquirido y sanamente poseído.

■ Pero no ha sido adquirido "pura y debidamente por amor a Dios nuestro Señor" (ej. 150). *Ha llegado como por herencia, o sencillamente se tiene, como las cualidades naturales.*

■ Las personas de los tres grupos quieren quitar todo estorbo, "pesadez o impedimento" que puedan causar los bienes adquiridos.

**La actitud es diversa** y esto constituye el tema de la meditación

La finalidad de este ejercicio es llegar a ver cuál es la mejor actitud, para hacerla propia, movido por la gracia del Señor.

El criterio para discernir, propuesto por San Ignacio, no es la pobreza por la pobreza, ni siquiera la pobreza como desasimiento interior, ni la pobreza como una forma de seguimiento. El criterio presentado en esta meditación es apostólico: se pretende buscar lo que resulte de mayor servicio y alabanza de Dios nuestro Señor. En este caso la mejor forma de seguimiento es la de los apóstoles: es el servir y cooperar con el Señor y continuar su obra (Mc 16,20; Ej. 91, 169)

**De manera que la causa de desear o tener una cosa u otra sea sólo servicio, honra y gloria de la su divina majestad.** (Ej. 16).





Quiere San Ignacio que pidamos la gracia necesaria para elegir lo que sea de mayor gloria de Dios y provecho personal (Cf. Ej. 152).

### 1. El primer grupo de personas

- quiere hacer la voluntad de Dios con respecto a ese capital,
- pero de tal manera, que decide tomar la decisión lo más tarde que sea posible: hasta la hora de la muerte.
- Desea estar libre ante el capital, pero de hecho no lo está.

Lo característico de este grupo de personas es que quieren hacer la voluntad de Dios, pero hasta el último momento. Con mucha frecuencia, cuando irrazonablemente se dejan las cosas para después, se dejan para siempre. El amor a los bienes adquiridos hace que el cumplir la voluntad de Dios se deje para el último momento...

- ☐ ¿Tengo un deseo sincero y eficaz de hacer la voluntad de Dios, en caso de conocerla?
- ☐ ¿Estoy dispuesto a tomar las decisiones necesarias ahora, sin dejarlas para después?
- ☐ ¿Soy verdaderamente libre ante las cosas?

### 2. El segundo grupo de personas

- Quiere quitar todo afecto a los bienes temporales y sentirse perfectamente libre ante ellos, poniendo la confianza solamente en Dios, con gran pobreza espiritual;
- pero de tal manera que de hecho no los pierda,
- de manera que Dios venga a él y a su mundo, a sus bienes,
- pero él no trata de ir a Dios.





Este grupo de personas se caracteriza por escudarse en la pobreza espiritual para no deshacerse de sus bienes; más aún, espera que Dios venga a sus posesiones, para no tener que dejar lo que tiene.

Se puede decir que estas personas instrumentalizan a Dios y se sirven de él para salvar sus posesiones.

- ☐ ¿Junto con mi deseo de hacer la voluntad de Dios, trato de retener lo que tengo?
- ☐ ¿Me sirvo de mis deseos apostólicos como engaño o pretexto para "tener más"?

### 3. El tercer grupo de personas

- quiere quitar todo afecto a los bienes temporales, y además, quiere efectivamente separarse de ellos,
- pero **no de forma absoluta** y definitiva, sino de forma condicional,
- solamente para sentirse más libre y más disponible para elegir.
- (haciendo de cuenta que no los tiene de hecho, o que que *nunca los ha tenido*),
- para así optar únicamente por lo que el Señor le haga sentir...
- deseando solamente el mayor servicio y alabanza de *Dios nuestro Señor*.
- Con lo cual este grupo de personas le da a su vida y a sus bienes un *sentido apostólico*. Se pone así, con todo cuanto es y cuanto tiene, en orden al mayor servicio de Cristo, en beneficio del mayor bien de las personas a quienes puede ayudar y servir.







Este grupo se caracteriza por su libertad interior respecto a sus bienes. El servicio a Dios y a los demás es el criterio para decidir si toma o deja las cosas adquiridas, o si procura otros medios para ayudar más y mejor.

- ☐ ¿Es tal mi libertad interior, que ni el deseo de tener, ni el miedo a poseer, determine mi estilo de vida?
- ☐ ¿Deseo tener lo que tengo, o adquirir lo que no tengo, únicamente para el mayor servicio de Dios y de los demás?
- + Pedir a Jesucristo que nos conceda la gracia de
  - a) querer hacer su voluntad por encima de todo,
  - b) de ser verdaderamente libres ante los bienes materiales,
  - c) de seguirlo, como los apóstoles;
  - d) de entregarnos a él con todo cuanto somos y tenemos;
  - e) de usar de las cosas en función de nuestra misión y trabajo apostólico.

Esta meditación viene a unir la indiferencia del Principio y Fundamento (Ej. 23), con el llamamiento a la entrega personal y al trabajo apostólico a que nos invita Jesucristo en la meditación del Rey temporal (Ej. 91). La libertad interior para "usar de las cosas tanto cuanto nos ayuden" a ayudar a los demás, se presenta ahora en el contexto del amor y del conocimiento experimental de Jesucristo, para seguirlo más de cerca.

La meditación tiene carácter estrictamente apostólico y de seguimiento. Se pretende que "solamente mueva el deseo de servir mejor a Dios nuestro Señor" (Ej. 155). No se trata de hacer, ni siquiera de presentar como más perfecta, una opción por la



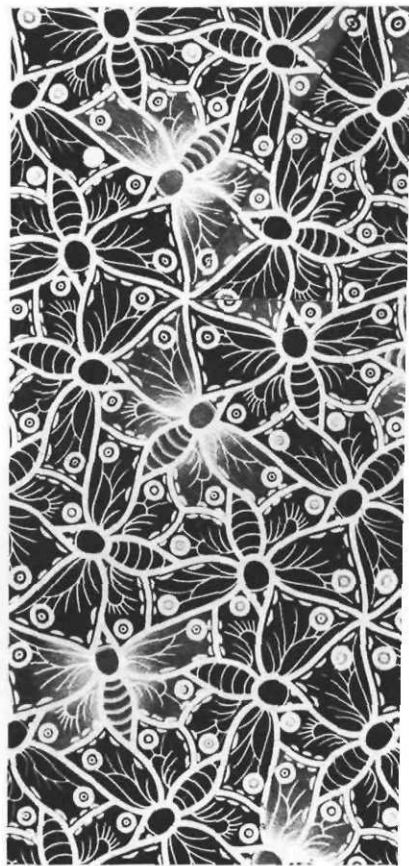
pobreza. La opción es por Jesucristo, y por servirlo y seguirlo de la manera como El nos haga sentir. Por eso este grupo de personas "quiere querer o no querer, según que Dios nuestro Señor le pondrá en voluntad y a la tal persona le parecerá mejor, para servicio y alabanza de su divina majestad (Ej. 155).

En la meditación se supone que no se ha tomado ningún partido, ni a favor ni en contra de "la cosa adquirida". La cosa adquirida, en el ejemplo de San Ignacio, son 10,000 ducados. Un capital. Sanamente adquirido, y poseído con justicia. Si esto no se diera, lo primero que había que hacer es deshacerse de él, o sanear el capital.

El ejemplo revela el poder que tiene la riqueza para esclavizar al hombre, y también, la inclinación natural del hombre a dejarse poseer por el dinero.

Con esta meditación se puede captar la situación de libertad interior en que me encuentro. Puedo descubrir si realmente el servicio a Jesucristo en los demás ha llegado a ser mi opción fundamental. Puedo darme cuenta si el criterio operativo es el amor, el seguimiento y el servicio apostólico a Jesucristo.

Este ejercicio nos ha de ayudar y disponer para entregar a Jesucristo no sólo nuestras personas y nuestro tiempo, sino también todas aquellas cosas que poseemos o de las que disponemos. Nos prepara a seguir a Jesucristo con todo cuanto somos y tenemos. Tiene la importancia que tiene "afinar el alma". Es necesario interpretar bien el concierto, de forma objetiva, pero con originalidad creadora. Lo objetivo está en quitar todo aquello que puede impedir ser libre; la originalidad consiste en usar todo cuanto pueda servir para hacer más eficaz el trabajo apostólico.







La mística de la meditación no es el abandono en manos de Dios, sino el deseo de usar bien de las cosas para el mayor servicio de Dios nuestro Señor.

"La cosa adquirida" puede ser algo muy importante, o algo de lo más sencillo. Puede referirse a la misma vida, o a aquello que necesitamos para vivir. Y dado que no podemos vivir en un estado puro, como desnudos de todo, tenemos que ocuparnos de nuestros 10,000 ducados. Pero no es solamente una necesidad existencial la que ha de llevarnos a usar bien de los recursos adquiridos, es más bien una especie de necesidad apostólica la que nos ha de impulsar a buscar y adquirir los mejores medios para el servicio más eficaz.

No se pretende crear una mística opuesta a la pobreza, sino, por el contrario, en pobreza, esto es: con la confianza puesta solamente en Dios, buscar y elegir los medios más conducentes para obtener los mejores frutos.

Así como no podemos, ni debemos, vivir desnudos y sin ninguna previsión para el futuro, tampoco debemos, como apóstoles, tratar de servir al Señor sin pensar en la eficacia y alcance de nuestro servicio.

El paralelo bíblico de esta meditación podría ser la parábola de los talentos, donde el capital es todo eso que hemos recibido de manos de Dios nuestro Señor (Mt 25, 15). Enterrar los talentos es lo mismo que enterrarse uno a sí mismo con los talentos y con el reino de los cielos.

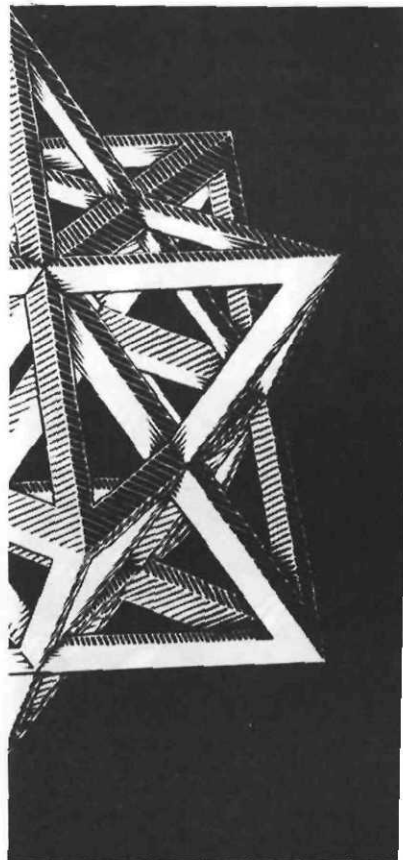
El amor a Jesucristo, su seguimiento y servicio deben dar forma a todas nuestras realidades: a cuanto somos y tenemos.



El objetivo de esta meditación es orientar y enfocar, por amor a Jesucristo, todas las realidades de la vida. Que las fuerzas no dispersen, sino concentren. Que el amor no distraiga a la persona, sino que integre las cosas en su dinamismo hacia el servicio. Para San Ignacio el trabajo apostólico es la forma más clara de seguimiento, y en esta meditación, incluso más que la pobreza objetiva. La virtud que caracterizó a los apóstoles como los seguidores más inmediatos de Jesucristo fue su colaboración y consagración total al anuncio del Evangelio.

N.B. Es claro que en este contexto de prontitud y totalidad en el seguimiento de Jesucristo, del llamamiento del Rey Eterno y de la meditación de dos banderas, con el título de *Divina Majestad*, San Ignacio se está refiriendo a Jesús de Nazaret, que es quien mueve el corazón al amor, al seguimiento, a la imitación y al trabajo apostólico.

Al remitir al ejercitante al coloquio precedente, el de las dos banderas, hace pensar que ésta es una meditación que reafirma la dinámica de seguimiento a Cristo, con la intercesión de María y en dirección al Padre.





## tres formas de amar a Jesucristo

### tres maneras de humildad (Ej. 164-168)

#### prenotando

La humildad a la que se refiere San Ignacio en esta ocasión, es el modo como se manifiesta el amor. La imagen de la humildad y obediencia de la Virgen María pudo haber sugerido a San Ignacio el llamar humildad al signo primero del amor. "He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra" (Lc 1, 38). El amor, el reconocimiento, la humildad y la obediencia, son actitudes que se relacionan y se complementan. El amor como aceptación y humildad es la actitud adecuada de la creatura y de un hijo ante su padre.

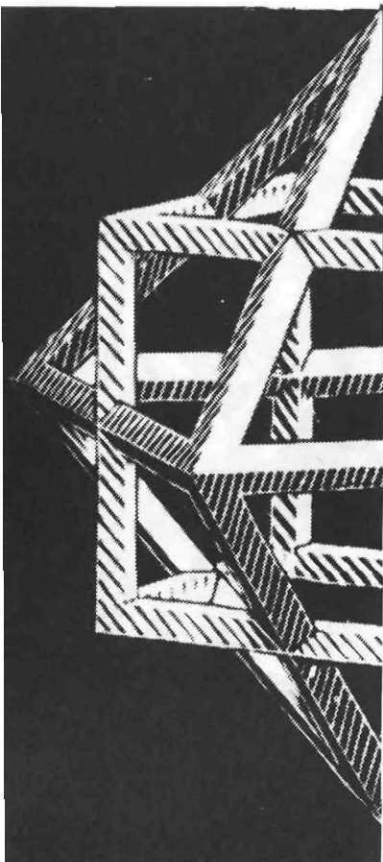
Las expresiones del Santo suponen la distinción clara entre pecado venial y pecado mortal, y suponen que lo que supera el pecado es mejor que el tratar solamente de evitarlo.

El tema que subyace es mucho más importante: se trata de actitudes fundamentales ante Jesucristo.

El objetivo es ser más conforme a Jesucristo, a su ejemplo y enseñanza.

San Ignacio no presenta estas consideraciones en forma de meditación; sugiere que se reflexione en ellas "a ratos por todo el día".

Menciona tres tipos de actitud ante Dios; los tres suponen un gran amor a Jesucristo, que se explicitará en la tercera manera de amar. Las tres formas del amor no se han de contraponer, sino complementar e integrar mutuamente.





## contenido del texto ignaciano

### 1. Primera manera de amar:

- Exige obedecer la ley de Dios o de los hombres que me obligue bajo pecado mortal,
- de tal suerte que esté dispuesto a perderlo todo, incluso la vida, antes que ofenderlo con falta grave.
- Es necesaria para salvarse.

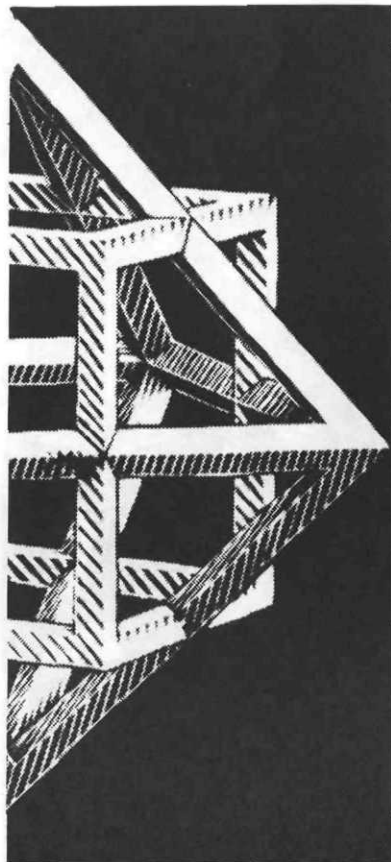
### Contenido substancial

- La opción por Cristo por encima de cualquier otra opción.

### 2. Segunda manera de amar:

- Exige la indiferencia como auténtica libertad interior,
- para el servicio de Dios nuestro Señor.
- Y además que esté dispuesto a perder todo, incluso la vida, antes que ofenderlo con falta leve.

- La opción por Cristo determina todas las otras opciones.
- Es necesaria la indiferencia como libertad para elegir lo que me ayude a servir a Cristo.







### 3. Tercera manera de amar:

- Incluye las formas anteriores.
  - Supone igual alabanza y gloria de Dios nuestro Señor.
  - Si se diera mayor servicio, alabanza y gloria de Dios nuestro Señor en otra forma de amor, habría que elegir aquella y no ésta.
  - Elige imitar, seguir y parecerse existencialmente a Cristo pobre, ofendido, humillado, mal entendido ("vano y loco") por amor a El.
- Por amor a Cristo se elige imitarlo en lo que hubo de penoso en su vida, (algunas veces) para imitarlo y seguirlo (siempre) en lo que haya de penoso en la nuestra.

El contenido substancial de las tres formas de amar a Jesucristo se podría expresar en las siguientes preguntas:

1. ¿Amo a Jesús de tal manera que mi opción por El sea efectivamente superior a cualquier otra opción? El por encima de todo.
2. ¿Amo a Jesús de tal manera que mi opción por El determine todas mis otras opciones? El, dando sentido a todo.
3. ¿Amo a Jesús de tal manera que mi opción por El me impulse a imitarlo existencialmente en lo que haya de penoso en mi vida? El inspirándolo todo.



### Unidad de las tres maneras de amar:

—San Ignacio valora las tres formas de amar de modo positivo.

—No habrá que pensarlas de manera ascendente, es decir, la primera como inferior a la segunda y a la tercera; aunque propone la tercera como la mejor.

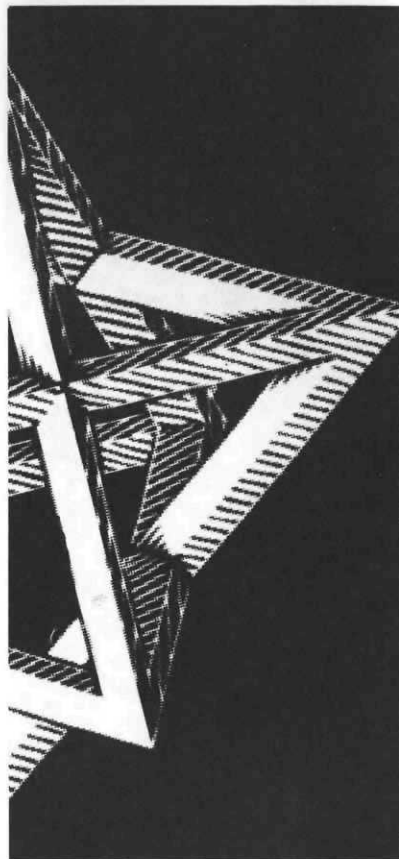
—Ninguna es menor o mala, sencillamente son distintas.

—Las tres se relacionan y enriquecen mutuamente. Son tres movimientos vitales del hombre que sigue a Jesús en actitud plena, sana y santa.

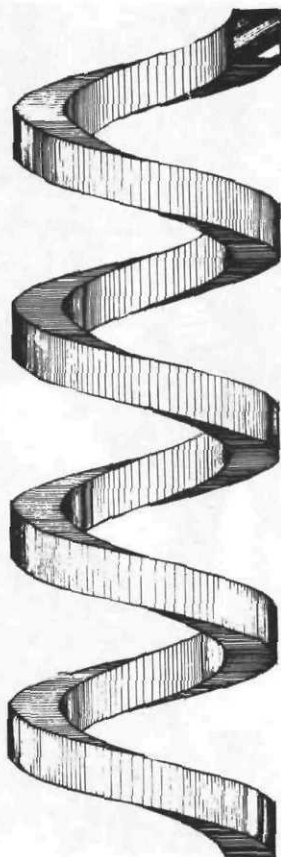
—Las tres formas de amar se dan en la vida sin sentido ascendente; se dan como formas de un amor cristocéntrico y de alguna manera expresan la actitud existencial, zigzagueante en que se encuentra el hombre.

—El carácter cristocéntrico y de seguimiento de Jesús es común a las tres formas de amar. En la meditación no se trata de optar por ninguna de ellas; pretendemos solamente descubrir que, en determinados momentos de nuestra vida, se puede dar algo de la fe, la esperanza y el amor a Jesucristo que estos grados describen. Hay tiempos para amar según la tercera forma, y hay tiempos para la segunda y la primera. Cada situación concreta demanda una forma de amar a Jesucristo.

—La primera manera de amar no sólo *"es necesaria para salvarse"*, sino que es suficiente para santificarse, como sucede en el caso de muchos mártires.







### Descripción de la primera forma de amar a Jesucristo

El amor a Jesucristo, según la primera manera de amar, es el amor que se eleva desde abajo, el amor que surge del hombre inmerso en las realidades temporales. En su aspecto positivo lo describió San Ignacio, como la disposición a perderlo todo, incluso la vida, antes que ofender a Dios con una falta grave (Ej. 165).

Este grado de amor es una posición decidida y absoluta, en cuanto hace de Jesucristo el centro de la persona que ordena todo hacia El, como único fin auténtico y verdadero. En este grado se da el amor no menos eficaz y noble que en los otros, y puede conducir a una verdadera santidad.

Más que los actos aislados, que también tienen importancia real y afectan al todo de la vida, lo más importante es la orientación total de la persona. Aun en los momentos más sublimes de nuestra vida no podemos dejar de ser humanos, terrenos, cotidianos y corrientes. Las realizaciones concretas suelen ser pequeñas; lo grande son los ideales, y esos son integrantes de nuestra realidad, tanto como la gracia de Dios y nuestras limitaciones.

La opción por Dios manifestada en los mandamientos constituye una relación viva de pertenencia a El y una relación mutua en términos de alianza (Dt. 11, 12s).

La primera forma de amar orienta al hombre metido en un mundo mundano y en necesidades materiales. Es propia del hombre en el mundo, así como del apóstol inmerso en el contacto con los hombres y sus problemas. Constituye lo que podríamos llamar la tensión apostólica: ser fiel a Cristo en el amor, y al hombre en sus problemas existenciales, sabiéndose y experimentándose hombre como los demás.



Jesús pidió a los discípulos que el amor a El se lo manifestaran en la guarda de los mandamientos, y en el amor a los demás. "Si alguno me ama, guardará mis mandamientos, y mi Padre lo amará, y vendremos a él, y haremos morada en él" (Jn 14, 23). "El que ha recibido mis mandamientos y los guarda, ese es el que me ama; y el que me ame, será amado de mi Padre; y yo le amaré y me manifestaré a él (Jn 14, 21).

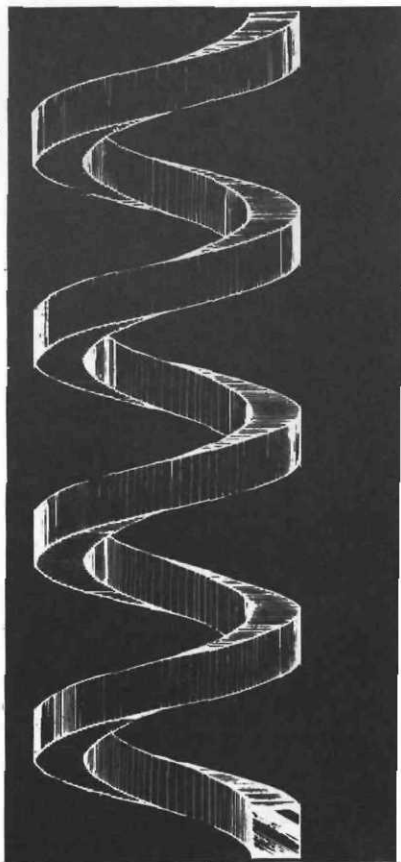
Desde el Antiguo Testamento el amor se ha unido inseparablemente a la guarda de los mandamientos;

"Amarás a Yahvéh tu Dios y guardarás siempre sus ritos, sus preceptos, normas y mandamientos.  
(Dt. 11, 1).

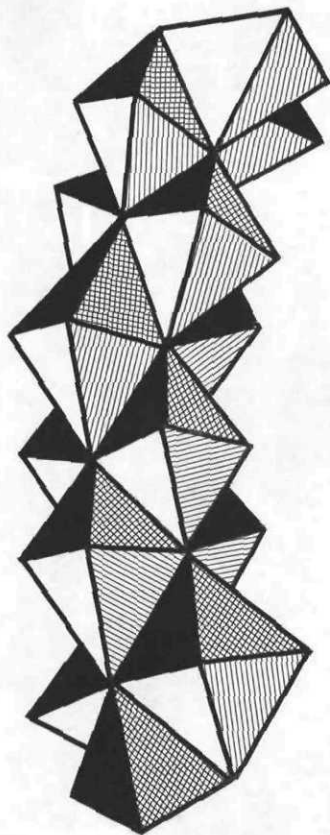
Este amor que arranca desde abajo, forma parte del hombre durante buen tiempo de su vida, y en ocasiones no puede actuar de otro modo. *Debe escuchar en las circunstancias críticas lo que ha de hacer ahí y entonces.* Donde el pecado pueda aparecer, aparece el peligro.

Este amor no es menos cristocéntrico, y puede ser más realista que los que veremos en las otras formas de amar.

Lo característico de esta primera manera de amar es anteponer a Cristo a cualquier cosa creada; y no la aceptación del pecado venial y el rechazo del pecado grave. Es el amor a Jesucristo que se manifiesta en la guarda de los mandamientos. En la vida diaria existe el riesgo de dejarse absorber por el activismo y lo pragmático, y perder la orientación explícitamente cristiana.







—¿Existe un amor a Cristo en mi corazón que oriente así mi vida?

—¿Creo en Dios y en Jesús por encima de toda otra realidad?

—¿Confío en El antes que en cualquier otra cosa?

—¿Amo a Jesús y a los demás de tal manera que esté dispuesto a sufrir y a pasar cualquier riesgo, siempre que sea su amor y servicio lo que persiga?

### **Segunda forma de amar a Jesucristo:**

El esquema que se usa aquí es el del amor de frente a una falta leve, pecado venial; y esta opción por Cristo podría parecer *más clara, valiosa y noble*. Esta forma de amar no debe ser la expresión de una conciencia escrupulosa que se angustia exageradamente ante una pequeña falta; sino que se trata de una opción por Cristo que se manifiesta en lo pequeño y en lo ordinario de la vida. La finalidad es elegir o tomar las decisiones en la dirección de Cristo, aun en aquello que no se le opone abiertamente.

Esta forma de amar comprende al hombre que, libre interiormente, ve al mundo y principalmente a Jesús sin angustia y *con una mirada transparente y sencilla*. Viene a ser la forma ordinaria de vivir para el hombre verdaderamente entregado a Cristo. Expresa la dificultad natural que el discípulo de Jesús encuentra en elegir lo justo y atinado, y refleja la necesidad continua de la indiferencia, es decir, la libertad ante las cosas, situaciones y personas para orientarlas a Cristo.

Esta forma de ver el mundo es muy importante y no menos realista. El mundo no es solamente una tentación o una ocasión de perder a Cristo. Es también el medio en que el hombre vive, se



realiza, se sirve de él para servir a los demás, sigue a Jesucristo y se santifica.

El apóstol, y el hombre que en realidad quiere que Cristo se manifieste en su vida, trata de amar, estimar, elegir las cosas *de acuerdo con su deseo de servir a Jesucristo.*

Lo característico de esta forma de amar a Jesucristo no es el rechazo de una falta leve, esto puede ser una manifestación; sino el discernimiento continuo, en libertad, para seguir al Señor a través de las realidades temporales y en atención a las circunstancias concretas, con todo lo que el hombre es y tiene, y con una actitud de servicio a los demás.

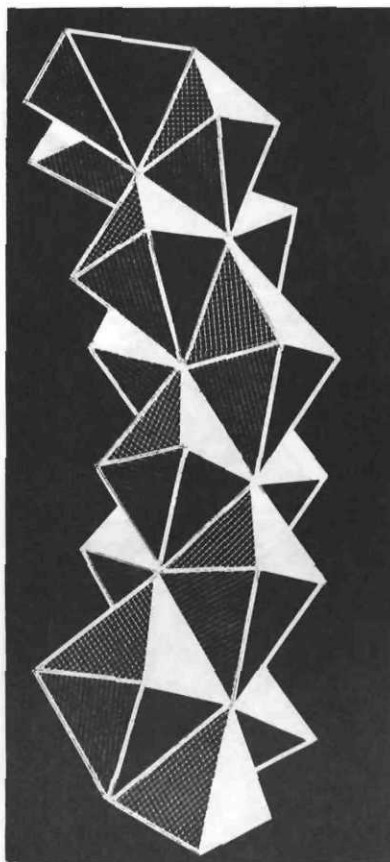
### **Tercera forma de amar a Jesucristo:**

*San Ignacio propone como más perfecta esta tercera forma de amar a Jesucristo.*

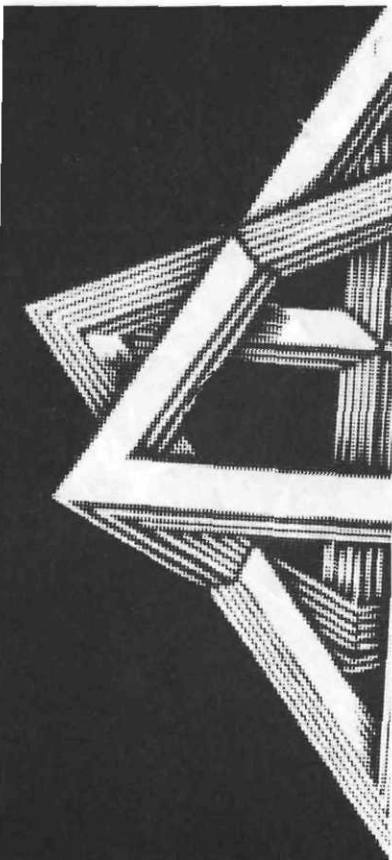
Supone e incluye las formas precedentes, de tal manera que nada vale si no se dan las anteriores.

Aquí explicita que se trata de un amor y seguimiento a Cristo.

*En la meditación anterior se pretendía "que la causa de desear o tener una cosa u otra fuera sólo el servicio, honra y gloria de la su divina majestad" (Ej. 16; Cfr. 3er. punto); en esta ocasión se pretende que, en las circunstancias en que me encuentre, el servicio y gloria de Jesucristo determine mi actitud; o que mi actitud de servicio a Jesucristo determine las circunstancias en que me encuentre. Aun cuando la situación pueda llegar a ser peligrosa.*







El temor al pecado es un valor importante en la vida cristiana, pero no es el valor principal, ni santifica a nadie. Lo que vincula a Jesucristo no es tanto el temor al pecado, sino el amor a El y el servicio a los demás.

Esta tercera forma de amar invita a la imitación de la imagen que va dejando Jesús de sí mismo, a través de la oración, de la lectura del Evangelio y de nuestra propia experiencia de vivir.

Jesús proyecta una imagen diversa en cada persona. Es necesario saber y reconocer cuál es la imagen que Jesús proyecta para mí. Además de la humillación, la cruz y la pobreza, se podrían señalar otros puntos que vinculan a Jesucristo y a su obra: el servicio a los demás, la libertad interior, la confianza en Dios como Padre, el celibato, la consagración total al reino, la no acepción de personas, la solicitud por los más necesitados, la vida de oración, etcétera.

El seguimiento y la imitación de Jesús más importante no es la que se fija en cosas externas, sino en las actitudes internas que se manifiestan en las circunstancias cambiantes de la historia.

Lo importante es hacer la voluntad de Dios, más que la propia, aunque la voluntad de Dios se manifiesta y se conoce a través de las formas personales de ver, escuchar, pensar, sentir y actuar.

El amor a la cruz y a la pobreza es una garantía de que no se está anteponiendo el amor propio. Pero aun aquí hay peligro de masoquismo espiritual, y hasta puede darse una falsa búsqueda de humillaciones y de pobreza para distinguirse de los demás y decir en el interior: "yo no soy como los demás hombres", como el fariseo satisfecho de sí mismo que narra el Evangelio (Lc. 18, 11).

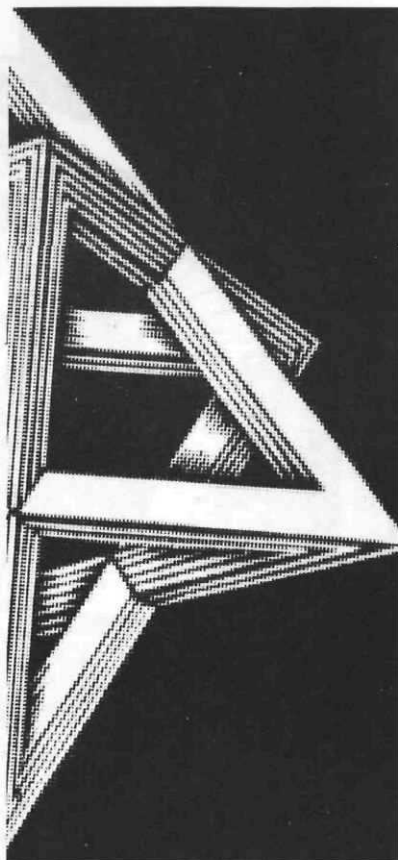


El hecho de amar a Jesús de todo corazón y con la mayor sinceridad, no trae consigo siempre la negación de uno mismo, ni la renuncia a los derechos de la persona, ni la elección voluntaria de la cruz. No es ningún sano principio de vida espiritual suponer que Dios quiere la mayor abnegación del hombre: sufrimiento, sumisión, pobreza, soledad, celibato, enfermedad. El objetivo no es llegar a elegir lo más difícil, lo que va contra la propia sensualidad y el amor carnal y mundano, sino amar a Jesús a tal grado que por El se superen las dificultades de la vida. El ideal es encontrar mucho gusto y satisfacción personal en seguir a Jesús.

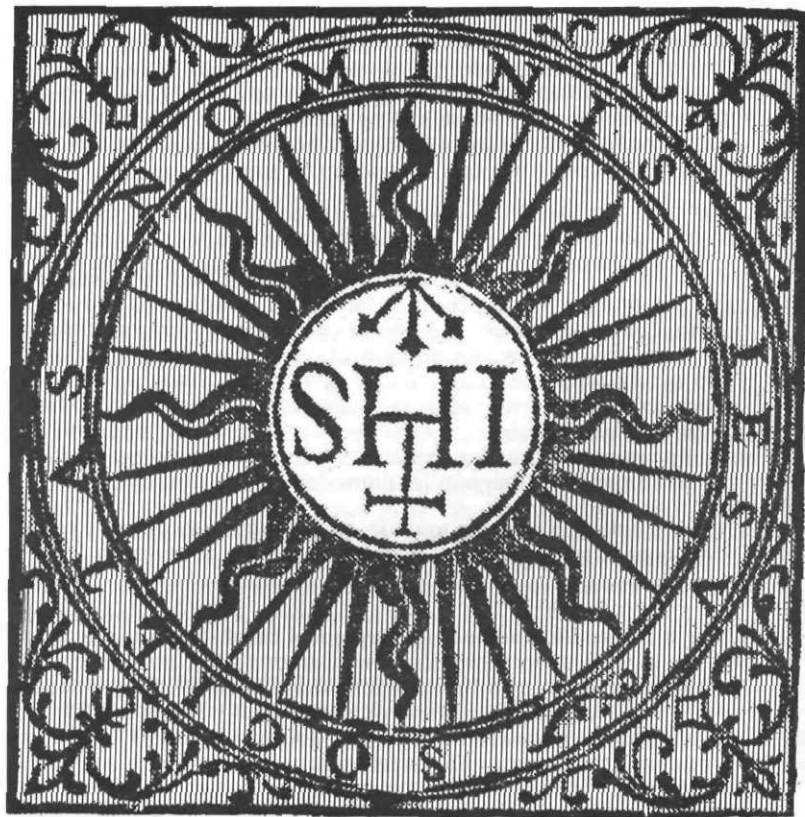
Lo característico de esta tercera forma es desarrollar el amor a Cristo con algo que libremente se elige o acepta.

Es común en la vida espiritual que la abnegación y la pobreza libremente elegida, con el tiempo sea sustituida por otra no buscada, que resulta de más valor y trascendencia que la elegida originalmente. Por ejemplo: la pobreza económica suele ser más llevadera que la falta de salud, o que el desempeño de determinado trabajo. Normalmente bajo su propia cruz se encuentra cada persona más próxima a Jesús crucificado. Su amor nos ha de llevar no a buscar nuevas humillaciones y sufrimientos, sino a aceptar los propios.

La vida de Jesús es criterio de vida para todos, no por las circunstancias particulares y la forma externa de afrontarlas, sino "por sus actitudes interiores". De ahí que aun en la más decidida imitación de Cristo haya necesidad de discernimiento. El discernimiento es exigencia de la naturaleza cambiante de la historia, de la acción del Espíritu y de las particularidades de la persona.









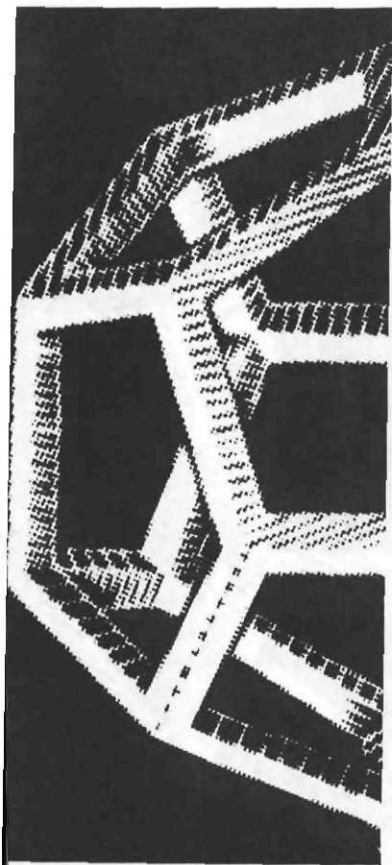
En el lenguaje de San Ignacio son frecuentes e importantes los términos: "discreción, discernir, discernimiento". Corresponderían en nuestro lenguaje a las palabras: "distinción, distinguir, distinto". El término se usa para distinguir los sentimientos o deseos positivos de los negativos, aquellos que provienen de Dios y que contribuyen al desarrollo completo de la persona y al bien de los demás, y aquellos que disminuyen o hacen daño y que no provienen de Dios. Distinguir entre unos sentimientos y otros supone un análisis y una sensibilidad para captar "el sentir de Dios" reflejado en el propio sentir. El sentir propio es la ventana por la que Dios se asoma a la interioridad de la persona.

Es conveniente tener en cuenta que el lenguaje más propio de Dios es lo humano; y para cada uno de nosotros lo más humano lo encontramos en el propio corazón.

El discernimiento es una búsqueda continua de la voluntad de Dios con respecto a la orientación de nuestra vida. Supone una interiorización de los principios del Evangelio, un amor a Jesucristo, a quien se va siguiendo en la realización del bien; supone un conocimiento de las circunstancias y demandas externas, tanto como de las posibilidades de la persona. Esta búsqueda debe darse en una actitud de relación personal con Jesucristo, que se puede expresar en una oración de disponibilidad: "Señor, qué quieres que haga".







En el trabajo de discernir sobre cuestiones positivas hay que tener siempre en cuenta el influjo del mal espíritu, o lo que es lo mismo, las fuerzas negativas que impiden la realización de la persona y su entrega al bien de los demás.

Por el conocimiento, el estudio, la intuición, la valoración, el juicio, se decide la acción, y todo el proceso se ha de hacer bajo el influjo directo del Señor.

Influyen de forma especial los signos de la propia historia, y la experiencia de la vida; todo eso hace que el discernimiento sea siempre algo personal: nadie puede decidir por otro.

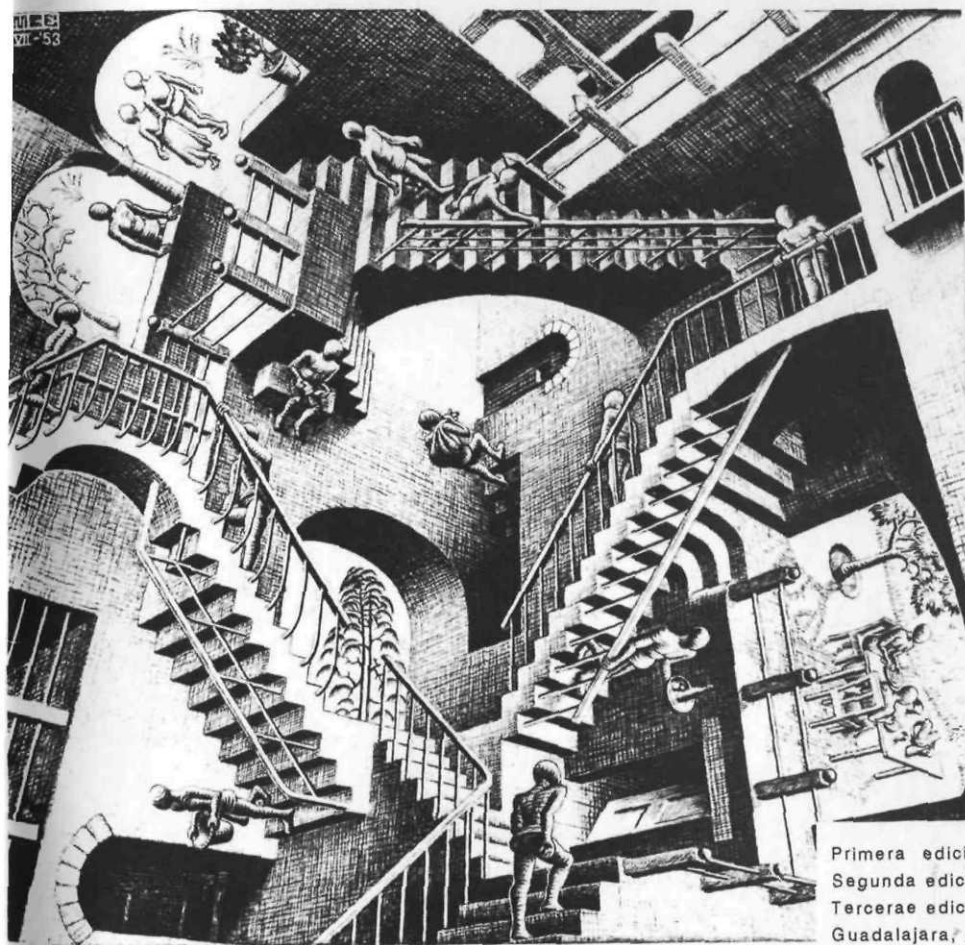
La persona no puede renunciar al derecho de pensar por sí misma, de juzgar por sí misma y de actuar por sí misma; sin degradarse, sin perder su libertad, sin despersonalizarse.

En el discernimiento en grupos podemos recibir auxilios y puntos de vista diversos de los nuestros, que pueden ayudarnos para más justamente apreciar nuestra situación; pero los demás no deben decidir por nosotros, o crear mecanismos de opresión que quiten la libertad personal. Aun comunitariamente cada quien es responsable de sus propias decisiones.

La búsqueda de la voluntad de Dios puede referirse no sólo a lo que debo hacer en la vida, sino también al modo como debo hacerlo y a los medios que debo utilizar. En este caso la pregunta es no solamente "¿Señor, qué quieres que haga?", sino, "¿Señor, cómo quieres que lo haga?", o también, "¿De qué debo servirme para hacer eso que quieres que haga?" El discernimiento recae ya en cosas materiales y concretas. Y este discernir de cada día es el pan del apóstol.

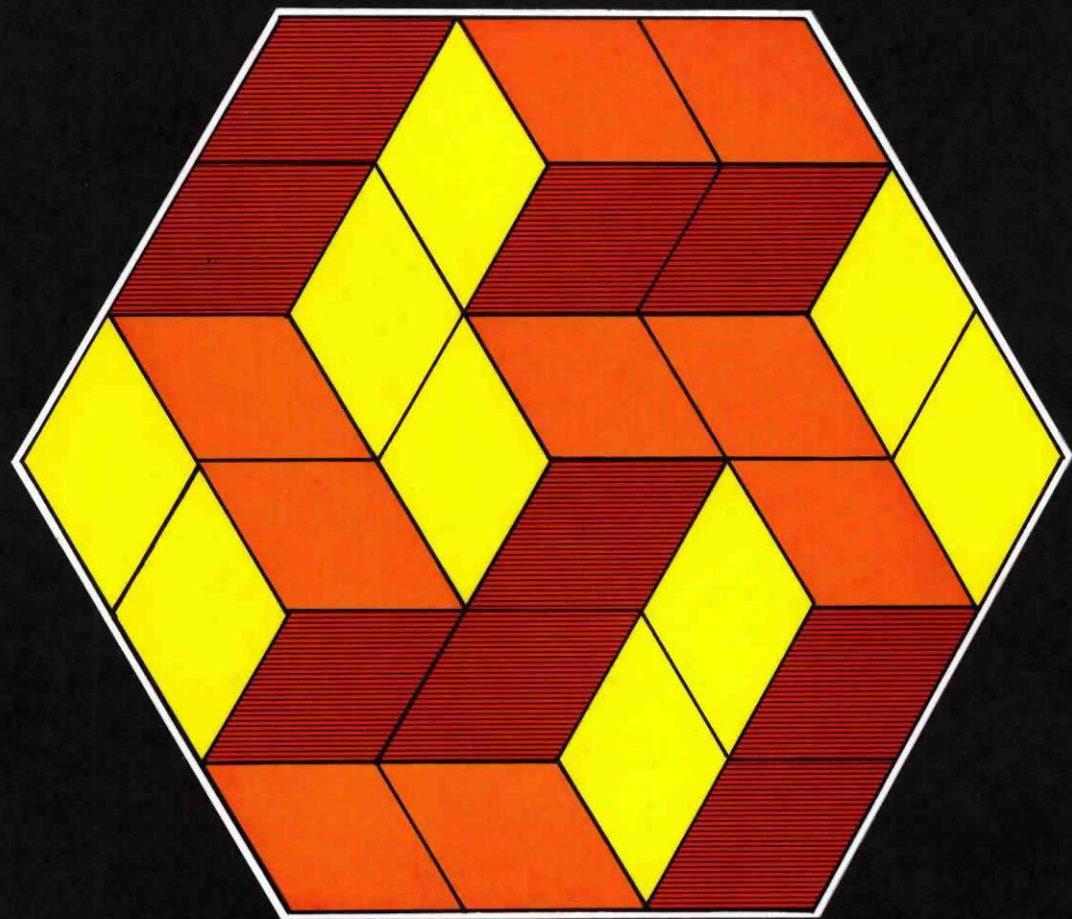
(Hch 9,6)





Primera edición Agosto de 1987  
Segunda edición Septiembre de 1995  
Tercera edición Julio del 2001  
Guadalajara, Jalisco, México









9

# elección



**juan manuel garcia de alba, s.j.**

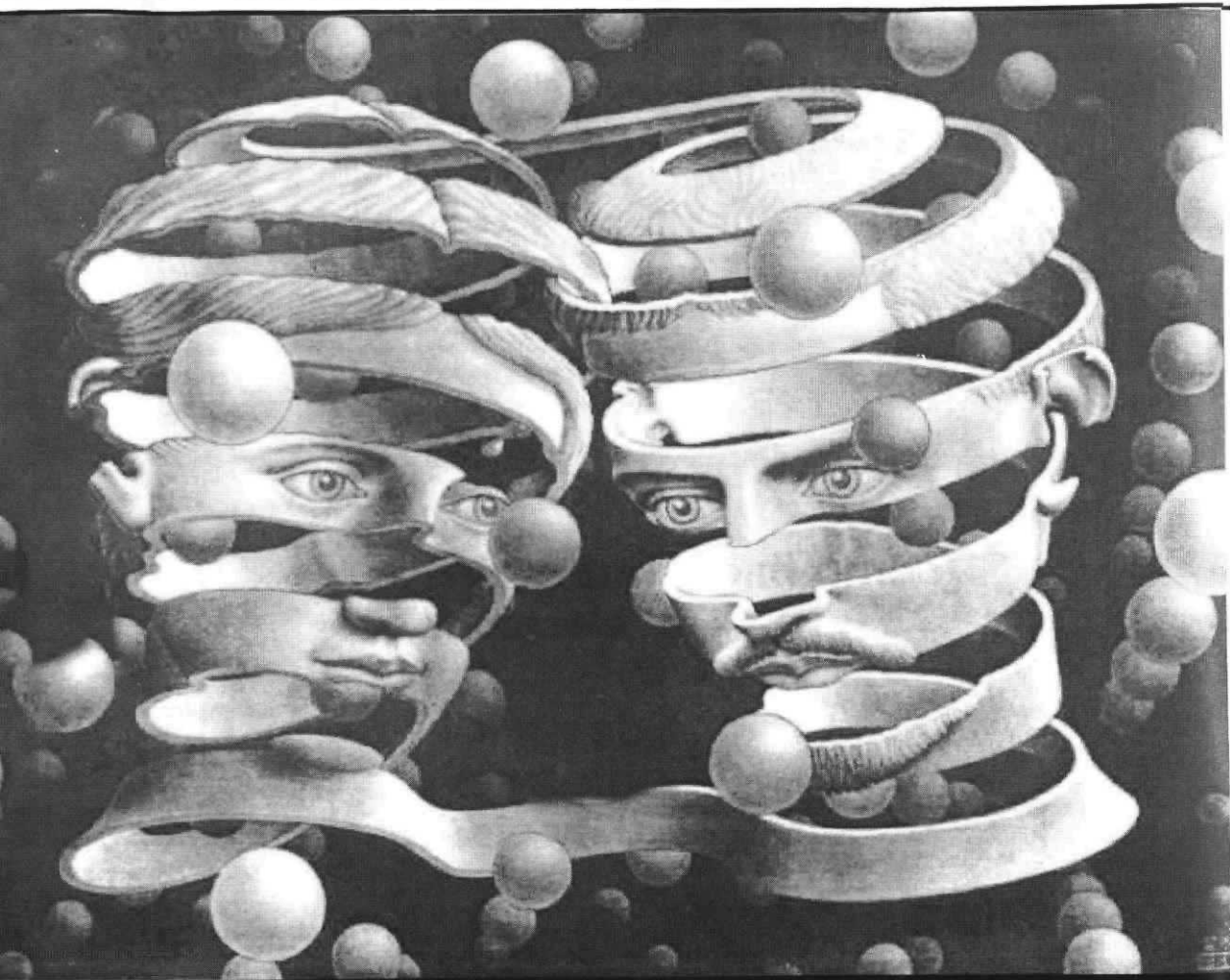
**¿cómo hacer una buena  
elección?**

**de pareja,  
profesión  
y vida.**

9

# **elección**







Este folleto no es un test de aptitudes para ayudar a las personas a descubrir aquello que podrían hacer en la vida. Trata de presentar un método espiritual muy antiguo, seguido por San Ignacio de Loyola, y transmitido por él, para buscar la voluntad de Jesucristo en la orientación fundamental de la vida. Sirvió mucho a aquéllos que quisieron acompañar a Ignacio en una forma particular de seguir a Jesucristo.

Desde entonces ha servido a miles de jesuitas, prácticamente a todos, para esclarecer su vocación o a tomar decisiones serias.

Este método viene a ser una ayuda para el que hace los Ejercicios Espirituales y está decidido a seguir a Jesucristo, y busca sólo la forma concreta de hacerlo. Así pues, el contexto de este método es la experiencia de los Ejercicios como un encuentro con Jesucristo. Supone un entusiasmo por él y un deseo *de hacer algo que valga la pena en la vida*. Es la forma concreta como tú puedes ayudar a los demás y servir y seguir a Jesucristo, viviendo auténticamente tu vocación.







Tu vida es una respuesta a un llamamiento de Dios no solamente a vivir, sino a desempeñar una misión; una misión que le da sentido a tu vida.

Trata de saber, de la mejor manera posible, qué debes ser y hacer en tu vida  
para que esté llena de sentido,  
para que sea útil a los demás,  
y en último término para que seas feliz.

Los animales viven solamente para satisfacer sus necesidades. Y los hombres necesitamos no solamente satisfacer nuestras necesidades propias, sino también satisfacer las de los demás.

Es muy necesario en la vida "ser necesario" para alguien. La vida que no es para nadie no vale la pena vivirla. Pero se da una intuición que consiste en presentir a Alguien interesado en la propia vida por más insignificante que parezca.

Tu vida no vale mientras no estés dispuesto a crear un valor en ella.

Si tu vida no vale nada para ti. Tampoco valdrá para los demás. Cuando una persona se considera un fin, los demás resultan un medio; y utilizar o instrumentalizar a los demás es algo que rebaja al hombre al último nivel.

También dejarse utilizar es algo que destruye a una persona.



**En búsqueda de una identidad**

¿Yo quién soy?

¿Qué he hecho yo de mí?

**En búsqueda de una pertenencia**

¿Yo para quién soy?

¿Quién necesita de mí?

**En búsqueda de un servicio**

¿Yo para que sirvo?

¿Quién espera mis servicios?

**En búsqueda de un trabajo**

¿Yo qué puedo hacer?

¿Qué haré que al fin valga la pena lo que haya hecho?

**En búsqueda de una realización**

¿Quién merece mi vida?

¿Quién puede ayudarme a seguir adelante?

**En búsqueda de la felicidad**

¿Con quién podría ser yo feliz?

¿Quién podrá ser feliz conmigo?

**En búsqueda del amor**

¿A quién podría yo amar para siempre sin sentirme desilusionado?

¿Quién podría corresponder a mi amor?





**Objetivo:**

Para hacer una buena elección debemos pedir a Jesucristo que ilumine nuestra mente, purifique nuestros sentimientos y nos de la sencillez necesaria -autenticidad- para orientarnos solamente hacia el fin para el que hemos sido creados, es a saber: reproducir en nosotros, y en nuestra historia, la imagen de Jesucristo (Rm 8,29 y Ej. 23).

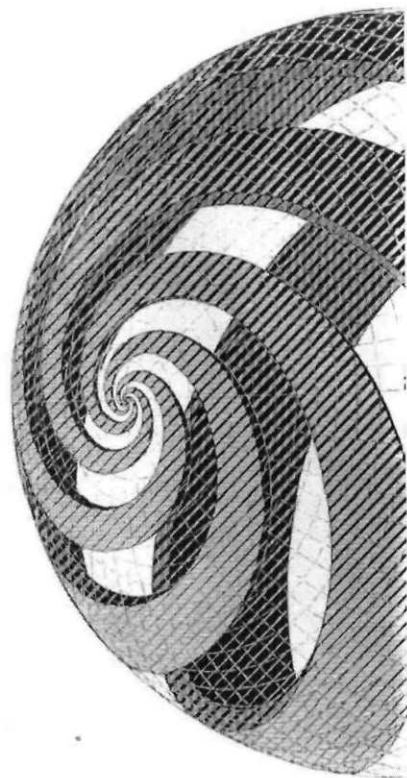
**Pre-requisitos:**

- a). Es necesario que estemos dispuestos a cumplir la voluntad de Dios, y no querer que él venga a cumplir la nuestra. Es más fácil desear que Jesucristo nos siga a nosotros, que nosotros a él.
- b). Cuando se convierten los medios en fin, o se pone lo secundario en primer lugar (Ej. 69), se destruye el orden, se provoca gran confusión, se lamentan desgracias.

**¿Cómo elegir?****Concretizar el objetivo:**

1. Lo primero, según San Ignacio, es que las cosas sobre las que vamos a hacer elección sean buenas, es decir, que nos ayuden en nuestra realización personal en el servicio, y dentro de lo que *"La Santa Madre Iglesia Jerárquica nos permite"* (Ej. 170).

La opción es por Jesucristo en la Iglesia, con todas sus limitaciones y consecuencias...





2. Se pueden distinguir dentro de la opción de seguir a Jesucristo en la vida, dos horizontes o caminos:

- Aquel que implica un compromiso estable de forma de vivir, como es el matrimonio, el sacerdocio o una carrera particular,
- y aquello que es ocasional, y que no implica una determinación estable (Ej. 171).

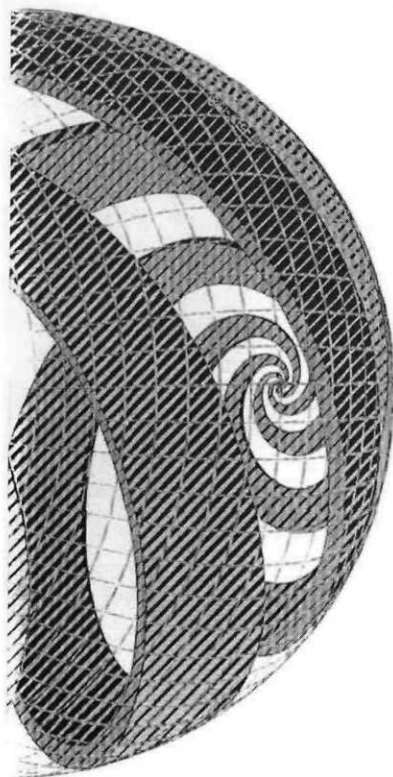
La elección de una novia es ya un compromiso en vistas a un compromiso mayor: el matrimonio.

Exige de nuestra parte un cierto grado de responsabilidad.

Dentro del objetivo puede caer también una elección temporal, como por ejemplo la decisión de servir a los demás en una misión de indígenas, durante un cierto tiempo, para después volver a la vida ordinaria enriquecido para siempre con esa experiencia.

Un trabajo social con enfermos, en el campo o en una fábrica con obreros, incluso un viaje al extranjero, puede servir mucho para ampliar horizontes y darnos cuenta de las necesidades que aquejan al mundo en que vivimos.

La experiencia es algo muy importante en la vida espiritual. Nunca se da una verdadera vocación cristiana sin un encuentro personal con Jesucristo. Como le sucedió a Andrés, a Simón a Felipe y a Natanael, cuando Jesús respondió a su pregunta y los invitó a ir con él y a experimentar (Jn 1, 35-51).







### Vocación

La vida entera la vamos a entender como una vocación, es el llamamiento de Dios que siempre anda en búsqueda del hombre. La iniciativa y el llamado es de Dios; la respuesta es nuestra, pero Él nos ayuda a responder.

La vocación es dinámica y creativa, siempre. Cada día es una pregunta que pide de nosotros una respuesta. No basta responder de una vez por todas. Su llamado es un diálogo continuo con la respuesta del hombre.

*Aunque Dios ha creado tanto al hombre como a la mujer, uno y otro son autores de su vida. Como seres temporales no están acabados y tienen el deber de cooperar en su destino, de inventarlo. Dios no manda seguir un camino único, como un tour donde todo está previamente preparado. Nos pide que seamos compositores inspirados, inventores originales de esa ruta única en la que continuamente nos está llamando. También Abraham salió, -llamado por Dios-, sin saber a donde iba (Hb 11,8).*

El destino de cada persona no está escrito. Hay que inventar el camino. Hay que avanzar como en la montaña, haciendo el camino paso a paso.

La vocación es un don personal con una función social. La vocación nunca termina en la propia persona, siempre tiene un sentido trascendente. Aún la vocación de un enfermo incurable tiene como sentido la participación salvífica en el sufrimiento de Cristo nuestro Señor, la difusión de su Espíritu, el bien de la Iglesia y el de toda la humanidad.



Todo sufrimiento es trascendente. Antes de que una persona llore Dios ya está dispuesto a enjugar su rostro (Mt 5,5).

Lo indisoluble de un compromiso consiste no tanto en prever el futuro, cuanto en poner los medios necesarios para mantener el compromiso. Es pues, un compromiso presente para mantener la palabra en el futuro.

El futuro no le pertenece al hombre, sino a Dios. El compromiso hacia el futuro significa la totalidad de la entrega en el momento presente. Significa: te quiero tanto, que quiero poner los medios para quererte siempre.

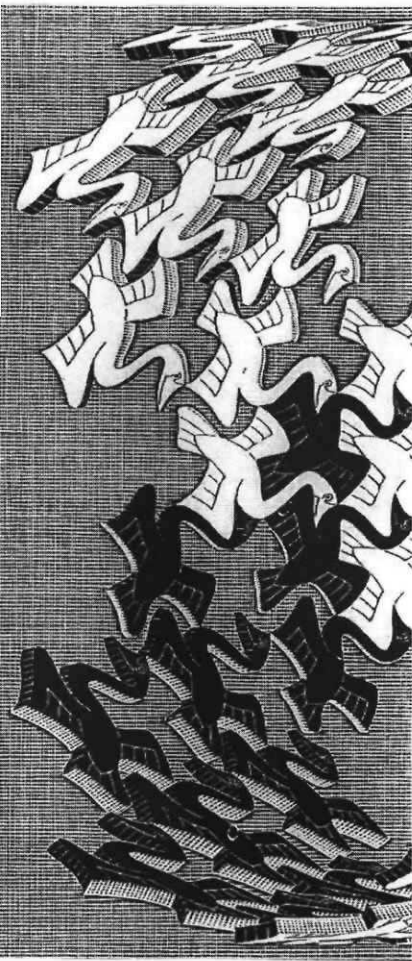
La fidelidad es la expresión concreta de la continuidad de la persona, de su autenticidad. Es infiel el hombre que no tiene sentido de su historia, que se olvida de sí, que no se toma en serio ni a sí mismo y que se traiciona.

Se debe ser fiel a una palabra en la medida en que la persona se exprese en su palabra y establezca una relación personal. El objeto de la fidelidad es la persona, no un rito, ni unas circunstancias, ni la historia, que es siempre evolutiva.

El que elige el matrimonio, por ejemplo, más que elegir un estado de vida, elige una persona, a la que quiere seguir amando y amarla para siempre. Cuando Jesús invitó a los discípulos a seguirlo, no solo los invitó a anunciar el Reino, sino principalmente a andar con Él (Mc 3,14).







El Señor nos hace conocer su voluntad por medio de:

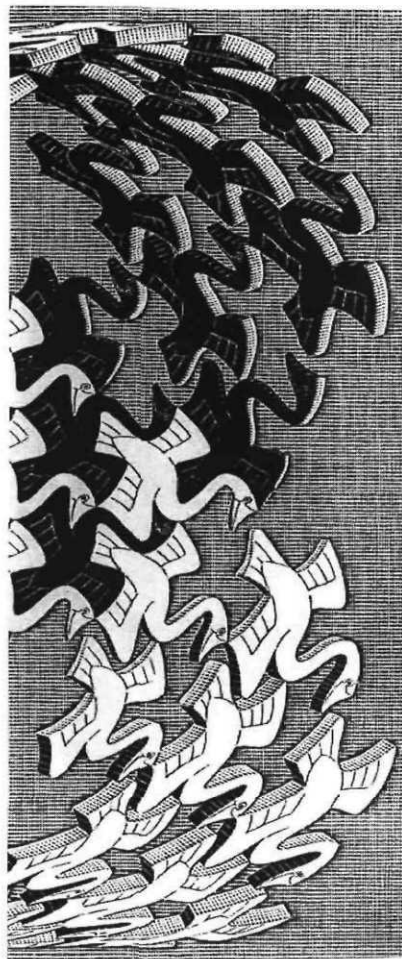
- ❑ **La Sagrada Escritura:** en ella encontramos criterios de vida. El llamamiento de Jesús a cada uno de sus discípulos encierra algo del llamamiento que Jesús nos hace a cada uno de nosotros.
- ❑ **Su inspiración:** nos ayuda a tomar una actitud creativa en nuestras circunstancias. El lugar de la presencia y del llamamiento de Dios a cada uno de nosotros se realiza principalmente en el templo de nuestro propio corazón.
- ❑ **La oración:** nos sirve para llegar a pensar, sentir, amar y actuar como Cristo; y para ello es necesario reflexionar sobre el Evangelio y sobre nuestros hechos de vida.
- ❑ **La enseñanza de la Iglesia y tu presencia en la comunidad cristiana:** Dios habla a través de los demás. Así como es importante descubrir a Dios en la naturaleza, -el atardecer, o el amanecer, el mar o la montaña-, es más importante descubrir a Dios en los demás; especialmente en los que están más próximos, en los más necesitados; o en aquéllos que tienen el deseo de ayudarte a ser mejor.
- ❑ **Los signos de los tiempos:** son los condicionamientos en que vivimos y que expresan lo que tenemos que hacer en nuestras situaciones particulares y concretas, por ejemplo: cuando nos encontramos ante una persona que necesita nuestra ayuda en la montaña o en la calle.



- **Los signos de tu historia personal:** es muy importante para ti interpretar tu historia. Es necesario leer tu pasado:
  - ¿Cuáles de tus logros y comportamientos te parecen más acertados?  
Es necesario saber qué es lo que de verdad quieres, no lo que te distrae o entretiene.
  - ¿Qué has hecho que te haga sentirte mejor contigo mismo?
  - ¿Para qué tiene aptitudes?
  - ¿Qué te gustaria hacer?

Llegar a conocer tus sentimientos más profundos es de suma importancia para hacer lo que de momento te satisface, aunque a la larga te deje insatisfecho o con remordimientos, y también eres libre para buscar lo que de verdad quieres en un nivel más profundo, que te dará satisfacción duradera. Esto lo habrás experimentado cuando te sacrificas por ayudar a otra persona, y también cuando haces algo mal hecho que en realidad no querías hacer.

- **Los signos de tus ideales:** nadie niega la importancia de la propia historia en orden al futuro; pero lo que no todo mundo advierte es la importancia de los deseos, las ilusiones y los ideales; San Agustín y San Ignacio llegaron a ser lo que fueron, no tanto por sus historias, sino por sus deseos.







### 1. La primera forma se da

- cuando el llamado de Jesucristo se siente internamente
- como auténticamente suyo,
- y no deja lugar a duda,
- el mismo Señor suscita una respuesta pronta, fácil y alegre.

NOTA: Generalmente ni se ven, ni se analizan mucho las consecuencias. La respuesta se da en un espíritu de fe, de amor, y de inmensa confianza; como aparece en el Evangelio la vocación de Pedro, Santiago y Juan:

*"Caminando por la orilla del mar de Galilea vio a dos hermanos, Simón, llamado Pedro, y su hermano Andrés, echando la red en el mar, pues eran pescadores, y les dice: "Vengan conmigo, y los haré pescadores de hombres". Y ellos, al instante, dejando las redes, le siguieron. Siguió adelante y vio a otros dos hermanos, Santiago el de Zebedeo y Juan su hermano, que estaban en la barca con su padre arreglando sus redes; y los llamó. Y ellos, dejando la barca y a su padre, al instante le siguieron" (Mt 4, 18-22).*

Muchas personas tienen un llamamiento innato para ser médico, ingeniero o maestro; otros, desde el primer momento, intuyen quién puede ser la compañera de su vida, para siempre.



### 2. La segunda forma consiste en

- analizar la paz y tranquilidad experimentada cuando la respuesta se orienta en un sentido;
- y por el contrario, la intranquilidad e insatisfacción cuando la respuesta se orienta en sentido contrario (Ej. 176).

Este análisis supone una experiencia de vida espiritual y de reflexión más o menos prolongada.

Por ejemplo: cuando pienso en interrumpir los estudios y dedicarme a trabajar.

Primera ocasión:

¿me da gusto y me siento satisfecho?

mucho ( ) poco ( ) nada ( )

y así en varias ocasiones.

Por medio del fracaso o la tristeza, la alegría o la paz, podemos llegar a saber aquello para lo que estamos hechos, y también para lo que no somos aptos.

Esta forma de proceder pone de relieve el valor de los sentimientos en la realización del hombre. Y reconoce la acción del Señor, en lo más íntimo del corazón. Es propio del Señor hacerse más sentir que entender... y su llamamiento es algo que más fácilmente se experimenta que se explica.

Por eso pedía San Ignacio tan frecuentemente, casi en todas sus cartas, *"que el Señor nos de su amor y su gracia para que su santísima voluntad sintamos, y aquélla enteramente cumplamos"*.







### 3. Tercera forma: análisis de pros y contras

Se ha de llevar a cabo solamente cuando hay paz y tranquilidad interior (Ej. 177).

- 1. Determinar con la mayor claridad posible el objeto de la elección (Ej. 178).
- 2. Tener delante el fin último, u opción fundamental por Jesucristo, que ha de orientar la vida en cualquier camino que elija.
- 3. Es necesario tomar una cierta distancia (indiferencia), del objeto de la elección, de modo que no me sienta previamente comprometido, para que pueda elegir libremente (Ej. 179 y 23).
- 4. Ponerme en actitud de oración y comunicación con Dios, y pedirle que *"quiera mover mi voluntad y poner en mi alma lo que yo debo hacer"* de tal manera que encuentre el camino mejor para lograr su *"mayor gloria"*, que consiste en la realización de mi persona y la de todos los hombres, en la comunión con Cristo, en el servicio a los demás.
- 5. Hacer una lista o inventario de ventajas y desventajas (pros y contras) con respecto al objeto de la elección expresado en sentido afirmativo; por ejemplo: estudiar ingeniería.
- 6. Hacer el mismo inventario de pros y contras con respecto al mismo objetivo pero expresado en sentido negativo, por ejemplo: no estudiar ingeniería. Esto completará los motivos y dará una mayor visión para analizar el objeto de elección.

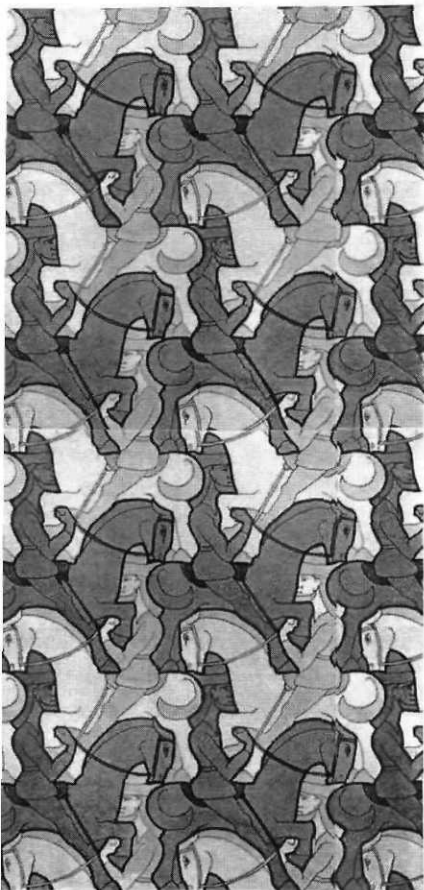


- 7. Para valorar los pros y contras puede ayudar el calificarlos del 0 al 10, según el peso que tengan para mí.
- 8. Hecho el análisis anterior, llegar a una síntesis y ver qué es lo más razonable y justo que elija (Ej. 182).  
Sumando los puntos se puede ver con más claridad el valor de la evaluación.
- 9. Orar para ofrecerle al Señor la elección; y pedirle que quiera recibirla y confirmarla, si es su mayor servicio y alabanza (Ej. 183).

La confirmación suele darla el Señor a lo largo de la vida.  
Pero cada quien debe poner los medios para obtener éxito como si éste dependiera solamente de su esfuerzo,  
y debe confiar en Dios como si exclusivamente dependiera de El.







1. Ver si lo que me propongo me lleva a una auténtica realización personal en el servicio a los demás y a Jesucristo. En ese caso el amor que me mueve procede de Dios y es bueno (Ej. 184).
2. Pensar en una tercera persona, a quien conozco y estimo como a mí mismo; y considerar lo que yo le aconsejaría. Esto puede servir para tomar una cierta distancia y juzgar más tranquilamente. Después conviene tomar el consejo que daría a la otra persona (Ej. 185).
3. Pensar que he seguido el proceso hasta el fin y que he logrado en su totalidad el objetivo de la elección. Se trata de valorar los medios a la luz del fin (Ej. 186).

Muchas veces, cuando la ilusión llega a ser una realidad ves que no era lo que auténticamente deseabas.

Imagínate 15 años después de terminada tu carrera; vives enfrascado en el trabajo que una vez elegiste.

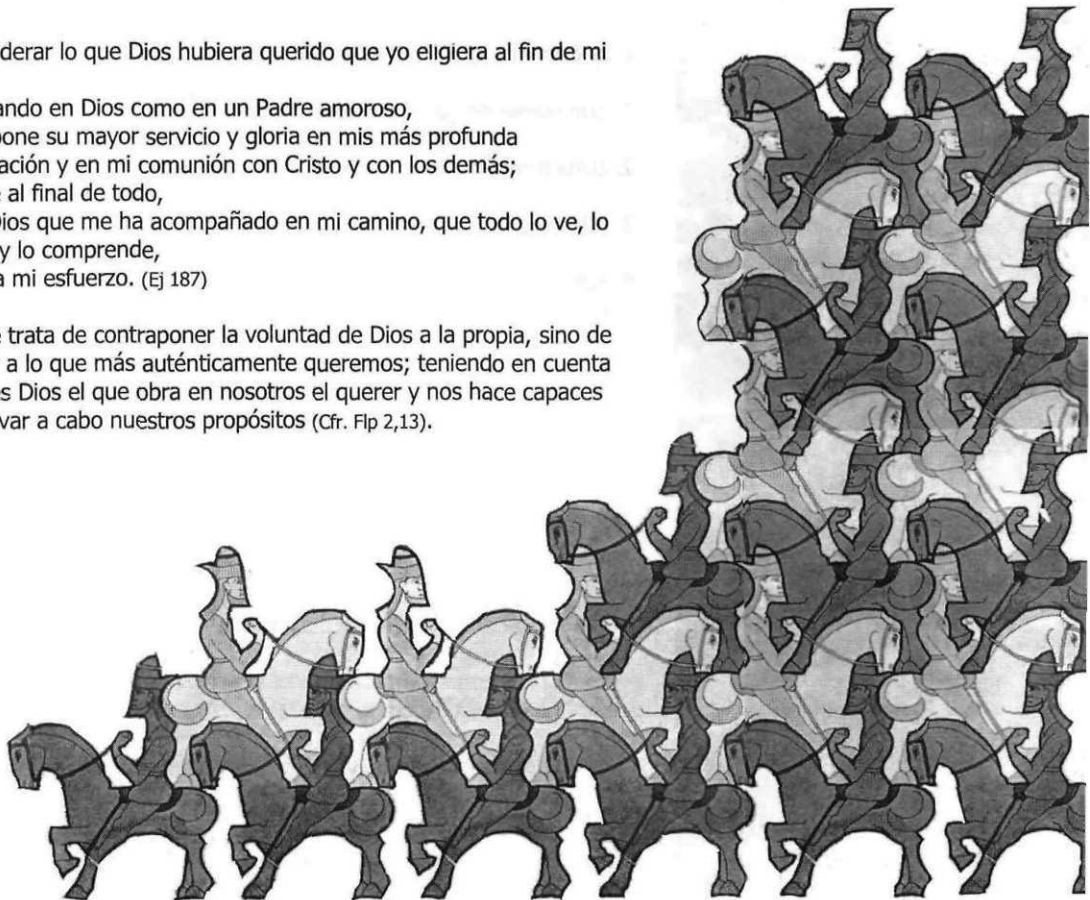
- ¿Era eso lo que verdaderamente querías?
- ¿Te sientes cansado pero contento?
- ¿Has llegado a realizar el proyecto que tenías de ti y de tu vida?
- ¿Estás satisfecho de haberte esforzado, y crees que eres para tus hijos ejemplo e inspiración?

Esta fantasía puede ayudarte a ver si en realidad estás poniendo los medios para obtener los fines que deseas.



4. Considerar lo que Dios hubiera querido que yo eligiera al fin de mi vida, pensando en Dios como en un Padre amoroso, que pone su mayor servicio y gloria en mis más profunda realización y en mi comunión con Cristo y con los demás; y que al final de todo, ese Dios que me ha acompañado en mi camino, que todo lo ve, lo sabe y lo comprende, valora mi esfuerzo. (Ej 187)

No se trata de contraponer la voluntad de Dios a la propia, sino de llegar a lo que más auténticamente queremos; teniendo en cuenta que es Dios el que obra en nosotros el querer y nos hace capaces de llevar a cabo nuestros propósitos (Cfr. Flp 2,13).







### **¿La carrera que has elegido es para ti?**

1. ¿Un medio de ganar dinero exclusivamente?
2. ¿Una forma de tener contentos a tus papás?
3. ¿Una manera de emplear tu tiempo?
4. ¿Una forma de realización y para llegar a desarrollar tus cualidades personales?
5. ¿Una forma de servir a los demás?
6. ¿Una manera concreta de seguir a Jesucristo?
7. ¿Una forma de vivir y de ayudar a vivir a los demás?

Si contestas afirmativamente a las tres primeras preguntas vale la pena reconsiderar tu vocación, y tu forma de ver y valorar tu esfuerzo; probablemente estás equivocado.

Si contestas afirmativamente la pregunta N° 4, ten cuidado en no convertirte en un egoísta.

Si contestas afirmativamente a las últimas tres preguntas, procura mantener siempre esos nobles ideales.



## Libres para elegir

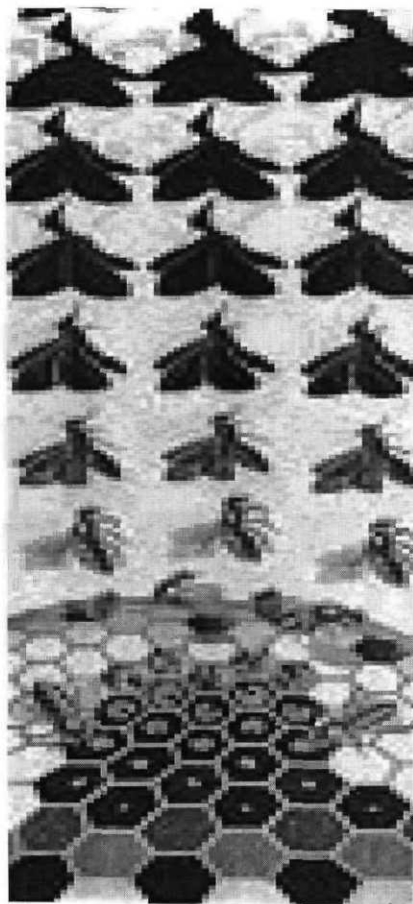
Tus decisiones son verdaderamente determinantes en tu vida. No son simulaciones de Dios para conducirte a donde Él quiere, prescindiendo de tu voluntad.

La voluntad de Dios y la tuya forman una única trama tejida con hilos verticales y horizontales y el resultado es tu propia historia y la de todas las decisiones humanas. Pero la comparación no es perfecta, porque la voluntad de Dios no es de la misma naturaleza que la voluntad humana.

Su voluntad sustenta y fundamenta la nuestra, no se mezcla, ni se combina, ni se suma. Dios quiere las cosas haciendo que nosotros las queramos. Y Dios no quiere las cosas haciéndonos ver interiormente que son cosas que no nos convienen, sustentando en nosotros la posibilidad de actuar en forma diferente a nuestro primer instinto y deseo.

Hacer la voluntad de Dios con respecto a la vida, no es seguir un camino trazado. Es ponerte en marcha para alcanzar, paso a paso, tu propia meta.

San Ignacio piensa que el conocimiento de la voluntad de Dios es algo que toca más al corazón que a la cabeza, es algo que más se siente que se entiende. Y por lo tanto que hay que poner a tono el corazón para captar la onda de Dios. Por eso aparece con tanta frecuencia al fin de sus cartas este colofón:









Por eso piensa San Ignacio que *antes de entrar a las elecciones* hay que dejarse tocar por el mismo Cristo nuestro Señor, por su persona, por su mensaje, por su misión y por su destino:

*"hay que afectarse a la vera doctrina de Cristo nuestro Señor"* (Ej. 164).

Su vida y su llamamiento son la *"vida verdadera"* (Ej. 139).

*"Afectarse"*, en el lenguaje de San Ignacio, es dejarse impresionar, es ser sensible, es dejarse encantar por la vida de Jesús.

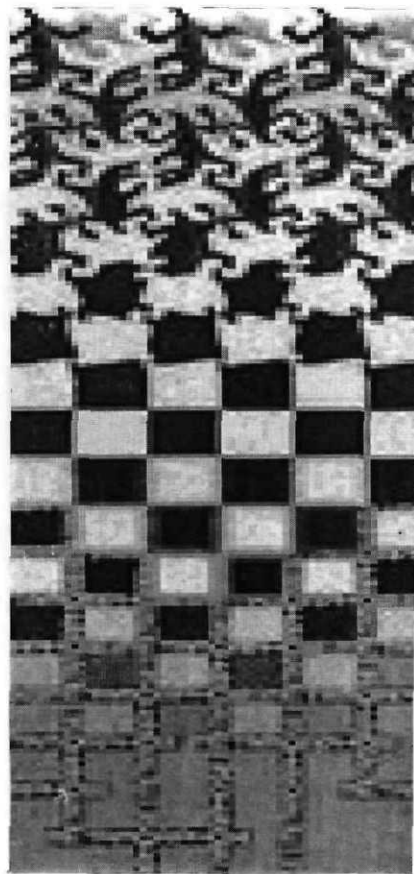
En el fondo no se trata tanto de ideas claras y de previsiones acertadas, como podría mal interpretarse el tercer método de elección, sino de sensibilidad, de deseos y amor a Jesucristo y a su misión.

No se trata de la vida realizada en el prestigio, la honra, la riqueza y la seguridad, sino por el contrario, se trata de la realización de quien se siente satisfecho de seguir a Jesucristo en la inseguridad de cada día, en el discernimiento, en *"reproducir su imagen,"* que fue la traducción del último fin para el que fuimos creados (Ej. 23). El es el centro de nuestra opción fundamental que determinará las opciones pequeñas en el ahí y entonces en que nos toque vivir.

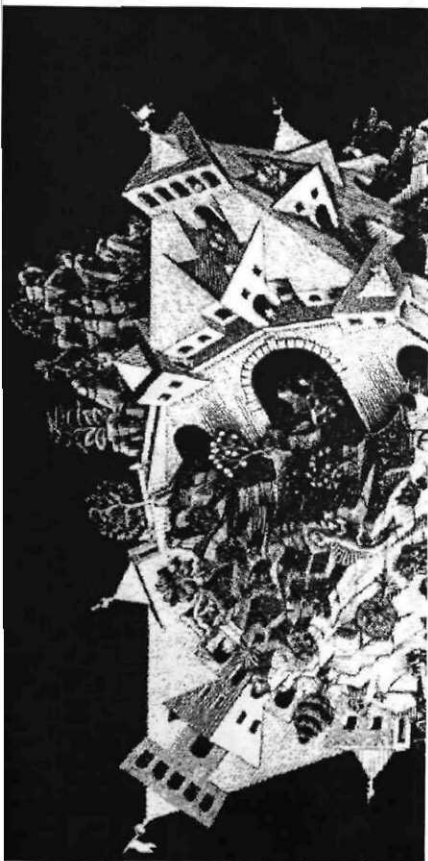
Esta será la mejor forma de *"cargar cada quien con su propia cruz"* (Lc 9, 23) y de *"imitar y parecer más actualmente a Cristo nuestro Señor"* (Ej. 167).

El *"conocimiento interno"* ha dado como fruto la reproducción de la imagen de Jesucristo, que no es una mera imitación sin originalidad, sino todo lo contrario, es una imitación que rebasa lo sensible y llega a lo sustancial:

*tener los mismos sentimientos de amor, fe, confianza, entrega y servicio que tuvo Cristo nuestro Señor* (Flp 2, 1-3),  
y que lo llevaron hasta dar la vida por los demás.







La elección de seguir a Jesucristo como el que determina la propia vida, es la mejor forma de cumplir con *"el fin del hombre"* es decir, el fin para el que yo fui creado, tema del Principio y Fundamento de los Ejercicios (Ej 23).

### Vocación e identidad

Finalmente, el llamamiento de Cristo nuestro Señor, meditado en las consideraciones del Rey Temporal (Ej 91), que llegará a su plenitud al invitarnos Jesús a participar de su propia misión diciendo:

*"como el Padre me envió así los envió yo,"*  
y para cumplir con esa misión,  
*"sopló sobre ellos y les dijo:*  
*reciban al Espíritu Santo."* (Jn 20, 21; Ej 304).

El llamamiento, la vocación y la misión son elementos integrantes de nosotros mismos; forman parte del sentido de nuestra vida, por eso cuando no hay misión, vocación o llamamiento experimentamos la vida como carente de sentido: ¿para qué vivir si no tengo nada que hacer o algo que le de sentido a mi vida?

La pregunta de Moisés sobre sí mismo surge de la tarea que se le ha propuesto: liberar al pueblo de Israel.

*"¿Quién soy yo para ir al faraón y sacar de Egipto a los hijos de Israel?"* (Ex 3, 11).

También para nosotros la pregunta se plantea con no poca angustia ante nuestra vocación: ¿quién soy yo, con qué cuento, quién estará conmigo?

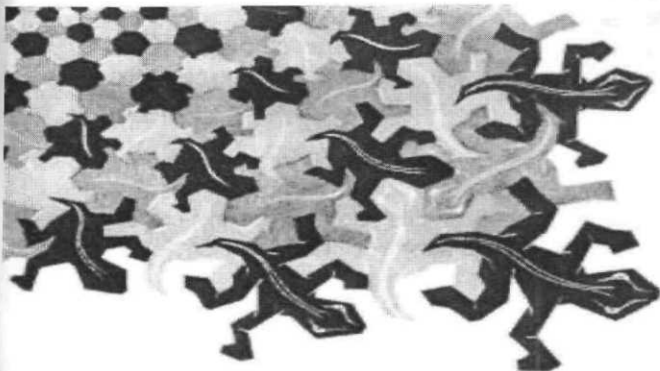
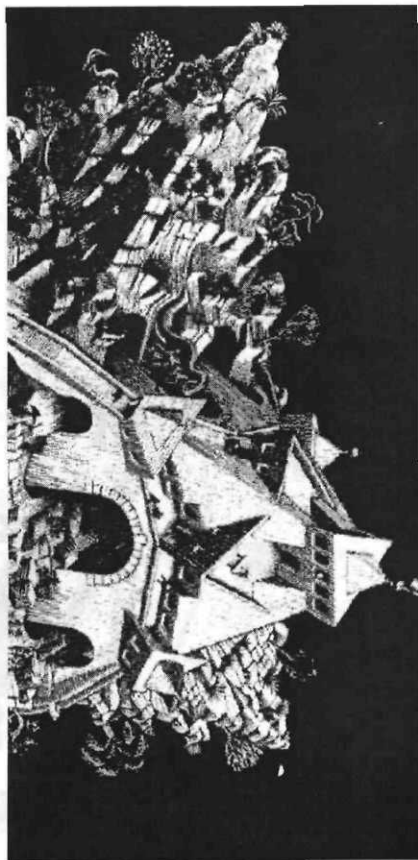


Todos los seres humanos somos necesarios para algo y para Alguien... el que no es necesario para alguien o para algo podríamos decir que no es nadie; al menos significativamente. Las personas nos sentimos bien cuando nos sabemos útiles y cuando alguien nos espera. Siempre hay Alguien que nos espera como personas y que espera algo de nosotros.

La pregunta de Moisés es la de todos nosotros: ¿Quién soy yo para hacer tan grandes cosas, para cumplir con tan gran misión? La respuesta a la pregunta de Moisés y a la nuestra es de Dios:

*"Yo mismo iré contigo y te daré descanso"* (Ex 33, 12s).

Aunque parezca paradójico, la vocación hace a los seres humanos más grandes de lo que son... porque se refiere al futuro, a su realización, al servicio a los demás. La vocación es un llamamiento personal con una función social. Por su vocación sale la persona de sí misma y se dirige a los demás; y así vuelve a sí misma enriquecida, sabiendo que ha aportado algo a alguien.





## Las decisiones de la vida

Para el ser humano vivir significa ser un problema para sí mismo, estar ante una alternativa, y decidirse por una respuesta. Vivir es orientar la propia vida. Hay momentos particulares en los que toma su vida como un todo y la orienta en una dirección precisa. Y esta orientación es la que da sentido y encauza los actos insignificantes de la vida ordinaria.

Lo específico de la vida humana consiste en que cada persona ha de decidir la dirección y sentido de la propia vida. Aunque el hombre se encuentre fuertemente condicionado por sus circunstancias, sus posibilidades y su forma peculiar de ser, es necesario que tome decisiones que surjan como propias, que sean voluntarias y libres.

También Jesús tuvo que tomar decisiones de este tipo, que orientaron su vida en un sentido particular; por ejemplo, cuando abandonó su vida oculta y empezó a anunciar públicamente el Reino, o cuando decidió afrontar el camino de la cruz. Podemos decir que llegó a ser lo que fue, a decir lo que dijo, y a hacer lo que hizo, porque lo decidió en su corazón, por que su vida dependía también de sus decisiones, porque eligió determinadas alternativas de manera consciente, responsable y libre.

A nosotros se nos presenta una tarea que toca a nuestro mismo ser: ¿Quién soy yo de frente a esta tarea? ¿Esta misión es algo que yo pueda realizar? ¿Puedo decir que hacer lo que me propongo es el cumplimiento concreto de la voluntad de Dios sobre mí?

(Cfr Cristo Jesús —conocerlo, amarlo, seguirlo—, J. M. García de alba, pp. 83ss).





---

## **De la misma serie:**

**INVITACIÓN:** *¿Qué son y para que son los ejercicios de San Ignacio?*

**¿DÓNDE ÉSTAS?:** *Principio y fundamento de los ejercicios de San Ignacio.*

**CONVERSIÓN:** *Primer paso en el seguimiento de Jesús.*

**CONMIGO:** *Jesús y su llamamiento.*

**ENCARNACIÓN:** *¿Quién es Jesús y porqué es tan decisivo en la historia y en nuestra propia vida?*

**JESUCRISTO:** *¿Cómo dice el evangelio que era Jesucristo?*

**ELECCIÓN:** *¿Cómo hacer una buena elección de pareja, profesión y vida?*

**DOS BANDERAS:** *Para reconocer posiciones, para orientar la vida, para luchar en contra del enemigo.*

**TRES ACTITUDES:** *En búsqueda de la mejor manera de amar y seguir a Jesucristo.*

**PASIÓN:** *Un modo de seguir a Jesucristo en la pasión.*

**PARA AMAR:** *¿Cómo llegar a encontrar y amar a Jesucristo en la vida ordinaria?*  
*Meditación final de los ejercicios de San Ignacio.*

**EJERCICIOS:** *Texto autógrafo de los ejercicios de San Ignacio.*

---









90

# pasión



Portada: F. Venzo s.j.

Pág.2: Goya; *El arresto de Cristo*, detalle, Catedral de Toledo.



90

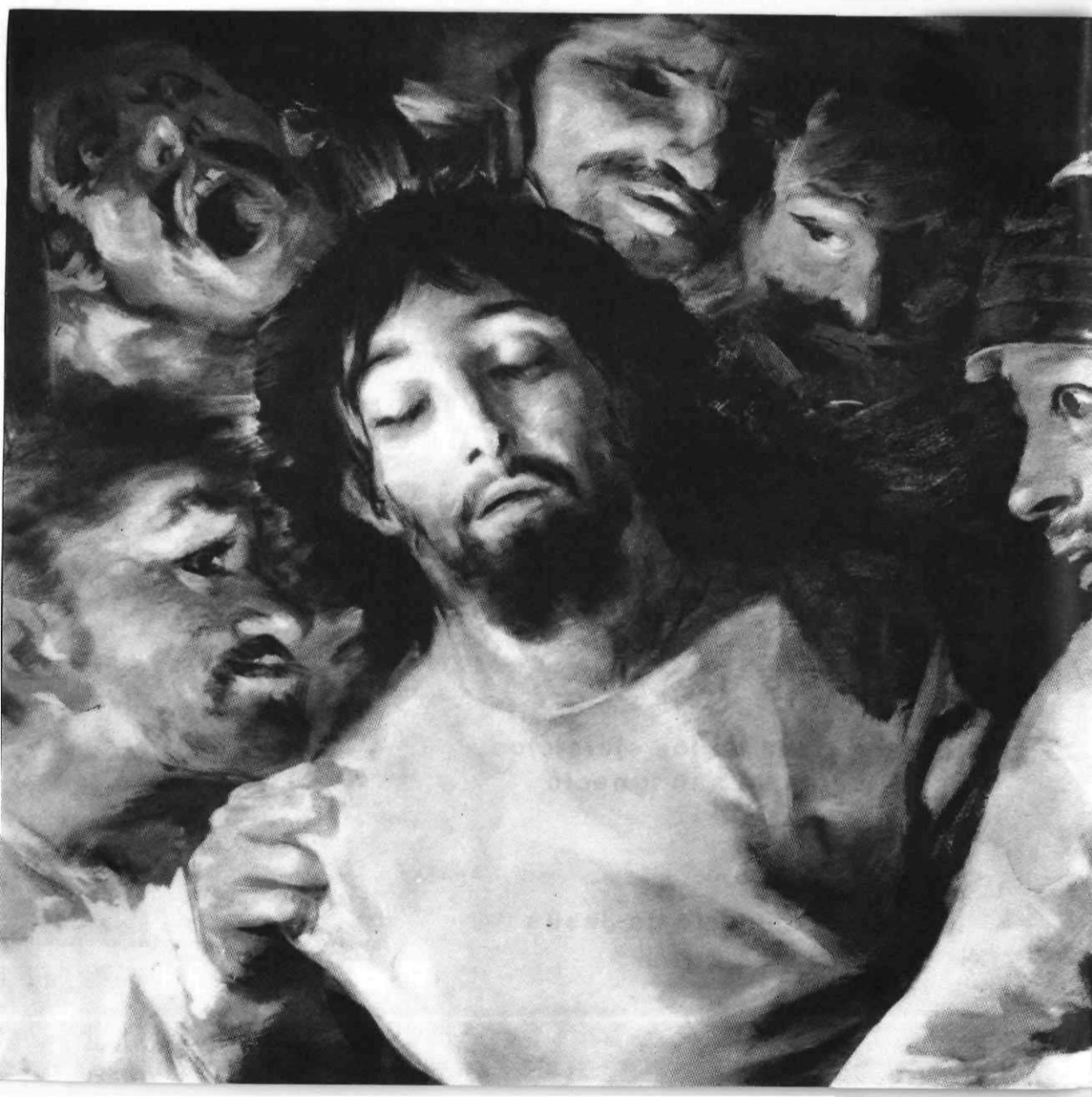
**juan manuel garcía de alba, s.j.**

**tercera etapa de los ejercicios  
espirituales de san ignacio**

**comentario a  
la pasión y muerte de Jesús**

# **pasión**







La tercera etapa de los Ejercicios comprende las meditaciones y contemplaciones de la pasión y muerte de Jesús. San Ignacio propone cada uno de los acontecimientos y sería de mucho provecho meditarlos todos; pero dada la falta de tiempo es necesario elegir algunos. Ofrecemos en este cuadernillo un relato sintético de la pasión y sugerimos acudir al texto bíblico lo más que sea posible, hay también algunas consideraciones que esperamos ayuden a profundizar en el mensaje y en la contemplación de los hechos. Una oración, después de cada escena, quisiera ser sólo un ejemplo de eso que San Ignacio llama *"discurrir por lo que se ofreciere"* y que en el fondo no es otra cosa que dejarse llevar por el Espíritu.

Ante el misterio de la pasión y del *"conocimiento interno"*, pedido tantas veces en los Ejercicios, Pablo no quiere saber otra cosa que a Jesucristo, y éste crucificado (1Cor 2,2).

Para Ignacio, el fin de todas las meditaciones de la tercera semana, expresado en las peticiones, es: *"Demandar dolor, sentimiento y confusión, porque por mis pecados va el Señor a la pasión"* (Ej 193). Corresponde a lo que San Pablo se dice a sí mismo: *"Me amó y se entregó a la muerte por mí"* (Gal 2,20). Pedimos también *"dolor con Cristo doloroso, quebranto con Cristo quebrantado, lágrimas y pena interna de tanta pena que Cristo pasó por mí"* (Ej 203). Se trata de acompañar a Cristo, de un auténtico padecer-con, de un seguirlo en la pena; conscientes de que es la pena que los hombres le causamos, hasta el rechazo definitivo, la muerte, y muerte de cruz.

En esta etapa de los ejercicios se cruza la historia de la perdición, del pecado, de la iniquidad humana, con la historia de la salvación, de la gracia, del don máximo de Dios hecho en Jesucristo.







La experiencia interna de la tragedia más grande que ha ocurrido a causa de la iniquidad humana ha de tener una resonancia en lo más íntimo del corazón. La meta es alcanzar el conocimiento interno, vivencial, de tanto como el Señor hace y padece por mí (Cfr. Gal 2,20), para disponermme a hacer cualquier cosa por él (Ej. 197), y seguirlo en el amor y la entrega.

Meditamos la Pasión y muerte de Jesús no tanto como un acontecimiento socio-político-religioso de la injusticia humana, sino como el hecho salvífico por el cual el hombre concreto, el yo y el "*por mí*" de la Primera Semana, (Ej. 203) queda perpetuamente vinculado a Jesucristo como Salvador. Ahora podemos decir, con San Ignacio, que el hombre vale la sangre y vida de Jesucristo que costó.

El Santo piensa que en la Pasión, "*la divinidad se esconde... y cómo deja, padecer la sacratísima humanidad tan crudelísimamente*" (Ej. 196). El esconderse de la divinidad es una metáfora. Nosotros no haríamos esa marcada separación entre la condición divina y humana de Jesús. Más bien sabemos que la divinidad de Jesús se nos revela y se nos da en su humanidad. Y la Pasión y la muerte son revelación del Dios que se nos da en la debilidad y el sufrimiento, son también un elemento importante para comprender cómo es Dios y cómo se nos da en Jesús.

La muerte no es un requisito necesario para la resurrección; es parte integrante de la vida humana, y, por ser muerte, es definitiva. Entre la muerte y la resurrección hay un verdadero abismo que solamente Dios pudo salvar.



## I. El prendimiento

Judas, que conocía también el lugar del huerto, se presentó para entregarlo, y con él gente con espadas y palos de parte de los sacerdotes y de los escribas y de los ancianos (Mc 14,43). Les dio una señal: "Aquel a quien yo bese, éste es; arréstenlo". Acercándose a Jesús, dijo: "Salve, Maestro"; y le besó. Jesús le dijo: "Amigo, ¿a qué has venido?" (Mt 26,48-50).

Salió Jesús del huerto y les dijo: "¿A quién buscan?". "A Jesús de Nazaret". Les dice Jesús: "Yo soy. Si me buscan a mí, dejen ir a éstos". Y ellos le echaron mano y le sujetaron (Mc 14,46). Dijo Jesús a la gente: "Todos los días me sentaba en el templo a enseñar y no me detuvieron". Entonces los discípulos lo dejaron y huyeron (Mt 26,53-56). Y un joven le acompañaba, envuelto tan sólo con una sábana, y le echaron mano; pero él dejó la sábana y huyó desnudo (Mc 14,50-52).

+Jesús no se equivocó al elegir a Judas. Judas fue cambiando poco a poco al desilusionarse de Jesús. Quería a Jesús como Rey, no como víctima de las circunstancias.

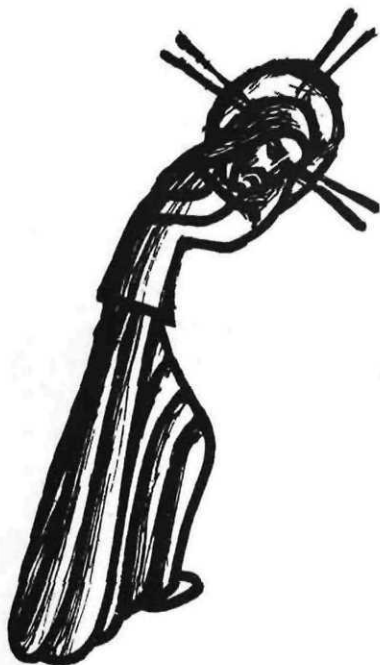
Es un hecho que Jesús podía haber evitado este momento, podía haber huido o no haberse presentado en Jerusalén, o podía también defenderse organizando a su gente. Pero quería ser coherente con su vida, con su mensaje y con sus hechos. La vida y el mensaje de Jesús están profundamente ligados con su Pasión y su muerte. La voluntad de Dios la entendió como la necesidad interior de ser coherente y de estar presente en la tragedia de su vida.

Para Jesús debió ser sumamente doloroso quedarse solo, abandonado aun por aquellos que habían jurado estar con él y seguirlo hasta la muerte.

+Enséñame, Señor, a no huir de tu pasión.







## II. El proceso delante de los sacerdotes

*Entonces la tropa romana y el tribuno y los ministros de los judíos arrestaron a Jesús y lo ataron y lo llevaron primero a casa de Anás (Jn 18,12-13). Luego Anás lo envió atado a Caifás, el sumo sacerdote (Jn 18,24). Y cuando se hizo de día, se reunió el consejo del pueblo, sumos sacerdotes y escribas, y se lo llevaron a su tribunal (Lc 22, 63-66).*

*Pero los sumos sacerdotes y todo el senado buscaban contra Jesús un testimonio para matarle y no lo encontraban. Pues aunque muchos decían falsas acusaciones contra El, no eran concordantes los testimonios. Y algunos afirmaban: ¿Nosotros le oímos decir: Yo destruiré este templo hecho por hombres y en tres días construiré otro no hecho por hombres". Y ni siquiera en esto era concorde su testimonio.*

*El sumo sacerdote se levantó para preguntar a Jesús: "¿No respondes nada? ¿Qué es lo que testifican éstos contra ti?" Pero El callaba y no respondió nada. De nuevo el sumo sacerdote le preguntó: "¿Eres tú el Cristo, el Hijo del Bendito?" Y Jesús dijo: "Yo soy y verán al Hijo del hombre sentado a la diestra del Poder y viniendo entre las nubes del cielo." El sumo sacerdote, rasgando sus túnicas, dice: "¿Qué necesidad tenemos ya de testigos? Han oído la blasfemia. ¿Qué les parece?" Todos le juzgaron reo de muerte (Mc 14,55-65).*

+ La imagen de Dios que tenía Jesús era inaceptable para los que tenían en sus manos los poderes religiosos, judiciales, culturales y administrativos. El que Jesús hablara de un Dios cuyo amor va dirigido también al pecador, ponía en tela de juicio la santidad y la justicia de Dios. Jesús admitía en su compañía, y hasta en su mesa, a los pecadores y marginados, a los impuros, a los publicanos y colaboracionistas del sistema, hasta a las prostitutas. Le hablaba de Dios a todo el mundo y se relacionaba con la gente sin escrúpulos. Para los fariseos era evidente que Jesús se hacía amigo de los enemigos de Dios. El Dios de Jesús no coincidía con



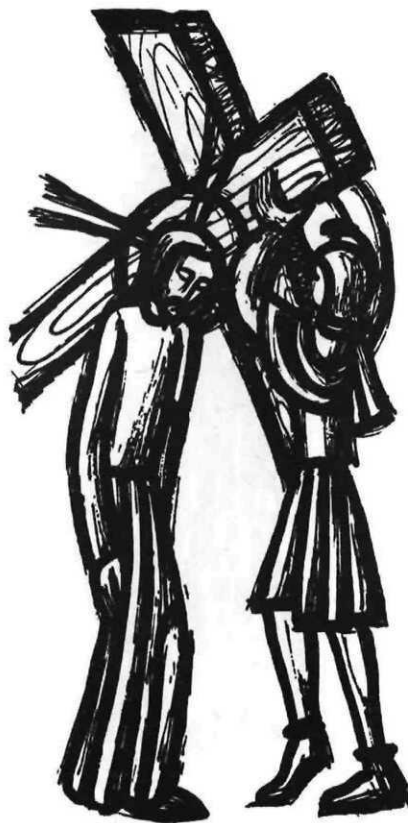
el Dios de los escribas y fariseos. A Jesús lo condenan a causa de su vida pública, por su mensaje, por el reino, por los discípulos y la gente que lo seguía; por sus ideas sobre Dios y sobre el hombre; porque sus valores no eran exactamente los valores de los fariseos; la ley, el templo, los ritos, las tradiciones, todo era secundario para Jesús ante el valor primordial del hombre. Con la sentencia de Jesús reprobaban toda su vida, su mensaje, y todo lo que Jesús hizo en favor de los marginados, de los enfermos y de los pobres.

Anás, que era el poder detrás del altar, ya tenía dictada la sentencia en su interior. Jesús era un condenado a muerte. Caifás, su yerno, estaba en funciones, pero era un instrumento ciego de su suegro, y debía ratificarlo todo.

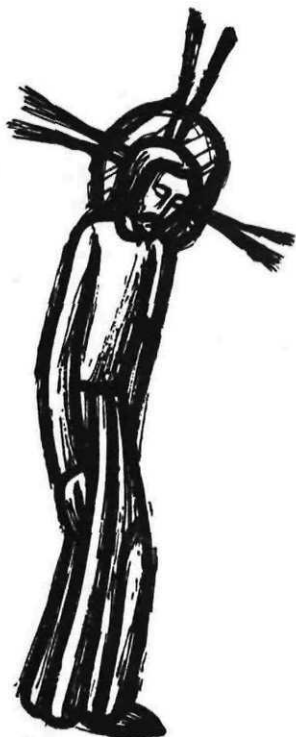
El hecho de que busquen falsas acusaciones pone en claro que Jesús no murió por alguna culpa personal. El conflicto concreto era la persona de Jesús y no tanto la transgresión a un artículo de la Ley. El judaísmo y casi todas las religiones han sido intolerantes y han acudido al poder civil para lograr sus fines. Es incomprendible que la Ley de Dios sirva para acabar con el Hijo de Dios...

Jesús no ofrece ninguna resistencia pero lo atan, como a cualquier condenado a muerte. Se han confabulado los ancianos, los escribas, los fariseos, el sanedrín y el pueblo; el siguiente paso es llevarlo ante las autoridades civiles para que pueda ser ejecutado.

\* Padre nuestro, que has preferido ser misericordioso ante aquellos que confían en Ti, concédenos a nosotros llorar con Cristo quebrantado y danos así la gracia de tu consolación (Cfr Ej 203).







### III. Negación de Pedro

*Pedro estaba abajo en el patio cuando llegó una de las criadas del sumo sacerdote y, al verlo calentándose, le dijo: "También tú estabas con Jesús el Nazareno". El lo negó: "No le conozco ni sé lo que dices". Y salió al vestíbulo. Y un gallo cantó. La criada comenzó otra vez a decir a los presentes: "Este es uno de ellos". Pero él seguía negando, y poco después dijeron otra vez a Pedro: "Verdaderamente eres de ellos, pues también eres galileo". De nuevo comenzó a echar maldiciones y a jurar: "No conozco al hombre ese que dicen". En seguida un gallo cantó por segunda vez. Y se acordó de las palabras que le había dicho Jesús: "Antes de que cante el gallo dos veces, me habrás negado tres." Y se echó a llorar (Mc 14,66-72).*

+ La negación de Pedro está vinculada con todas sus afirmaciones sobre Jesús, con su entusiasmo, con su deseo de seguirlo, con su compromiso hasta la muerte, incluso con su misión de conducir a sus hermanos en la fe y en el amor.

La triple negación pone el acento en lo pertinaz, en lo reiterado, en lo deliberado de una decisión. También para Pedro y todos los discípulos la crucifixión era una posibilidad real. Era costumbre que en un levantamiento se castigara no sólo al líder sino también a sus principales seguidores.

Pedro, al arrepentirse, podía declarar la verdad. Prefirió llorar solamente, al darse cuenta de su debilidad, que no es más que la debilidad humana. Pero no tratemos de disculparlo, más bien caigamos en la cuenta de que aun la más alta dignidad tiene la posibilidad de traicionarlo. La negación de Pedro está profundamente vinculada a la experiencia de todos los que ya hemos dicho un claro sí a Jesucristo y la vida nos ha demostrado lo difícil que es mantener una decisión.



Jesús no oyó a Pedro, pero sí lo vió (Lc 22,61); Pedro llevaba en su corazón la mirada y la voz de Jesús, y seguramente sus advertencias.

\* Dios nuestro, que vienes eficazmente al encuentro de nuestra debilidad, concédenos recibir, admirados y agradecidos, la redención que has realizado para nosotros, y manifestarla con el testimonio de nuestra vida ordinaria.

#### IV. Jesús llevado ante Pilato

*Al día siguiente, temprano, formaron un consejo los sumos sacerdotes con los ancianos, escribas y todo el sanedrín; ataron a Jesús, lo llevaron y lo entregaron a Pilato (Mc 15,1).*

*Y empezaron a acusarle diciendo: "Hemos encontrado a éste soliviantando a nuestro pueblo e impidiendo dar tributo al César y dice que El es el Cristo-Rey". Pilato le preguntó: "¿Eres tú el rey de los judíos?" El respondió: "Tú lo dices" (Lc 23,2-3). Y le acusaban los sumos sacerdotes de muchas cosas. Pero Pilato le preguntó de nuevo: "¿No respondes nada? Mira de cuántas cosas te acusan". Jesús ya no respondió una palabra (Mc 15,3-5), y Pilato dijo a los sumos sacerdotes y a la gente: "No encuentro ninguna culpa en este hombre". Pero ellos insistían: "Subleva al pueblo enseñando por toda Judea, empezando desde Galilea hasta aquí" (Lc 23,4-5).*

+ Primero quieren hacerlo el Rey-liberador de la opresión romana, ahora lo acusan de pretender ser el rey de los judíos, que los quiere liberar. Las acusaciones pueden persuadir a Pilato de reprimir un levantamiento político. Jesús no responde una palabra, ni se defiende, ni contraataca. Pilato afirma que no encuentra ninguna culpa.

Tal vez Pilato descubrió, a pesar de los moretes y la sangre, la paz de Dios (la gloria) en la faz de Cristo...sus ojos grandes y







oscuros, su mirada franca, su boca delineada y serena, sus rasgos varoniles enmarcados por su pelo despeinado, todo reflejaba una calidad humana insuperable, y su calidad humana es el signo de su condición divina.

A Pilato le hubiera gustado salvar a Jesús, pero ocupa el puesto que ocupa porque con-desciende.

\* Padre nuestro, concédenos que así como hemos llevado la imagen del hombre terreno, así, por la acción de tu Espíritu, llevemos la imagen del hombre celeste.

#### V. Jesús ante Herodes Antipas

*Pilato al oír a Jesús, preguntó si era galileo; y, al saber que era de la jurisdicción de Herodes, se lo remitió; pues estaba esos días en Jerusalén. Herodes, al ver a Jesús, se alegró mucho, porque, desde hacía tiempo estaba con ganas de verle por lo que oía de El, y tenía esperanzas de presenciar algún milagro. Le hizo muchas preguntas; pero él nada le contestó. Estaban presentes los sumos sacerdotes y los escribas, acusándole con saña. Herodes entonces lo trató con desprecio y se burló junto con sus soldados y, poniéndole un manto blanco, se lo remitió a Pilato (Lc 23,6-12).*

+ Herodes agradece a Pilato la atención de mandarle al taururgo. Pero se siente defraudado por Jesús; este no quiso aprovechar la oportunidad que le daban. Herodes trató a Jesús como a un loco, y quizá también a los sacerdotes y escribas. No quiso meterse en problemas de judíos.

\* Dios nuestro, que por tu designio de amor has querido anular nuestras desobediencias y faltas de confianza en Ti, por el amor y la obediencia de Cristo Nuestro Señor, al asumir su Pasión y su



muerte, mira con bondad nuestro deseo de acompañarlo y seguirlo en su amor y entrega a Ti.

## VI. Pilato lo declara inocente

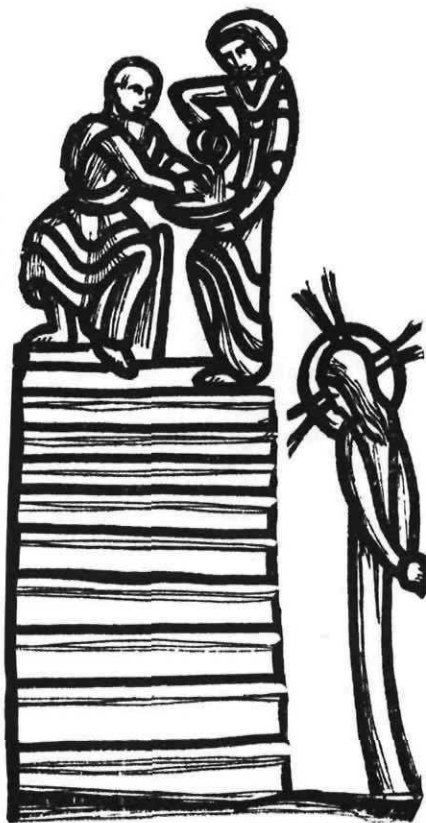
*Pilato convocó a los sumos sacerdotes y a los magistrados y al pueblo, y les dijo: "Me han presentado a este hombre como agitador del pueblo y miren, después de examinarle, no he encontrado ninguna culpa de las que le acusan; ni Herodes tampoco, pues nos lo ha vuelto a mandar; ya ven que nada ha hecho digno de muerte. Lo castigaré y lo soltaré" (Lc 23,13-16). Por tercera vez les dijo: "Pues ¿qué hizo éste de malo? No he encontrado en él ninguna causa de muerte; así que lo castigaré y lo soltaré" (Lc 23, 22).*

+La lógica es la de un cobarde complaciente: nada ha hecho, pero lo castigaré. El castigo era terrible: la flagelación.

\* Señor, tu eres el juez de todos los hombres que había de venir al mundo a enseñarnos la justicia, la misericordia y la paz, y aquí eres injustamente condenado y castigado, tú, que conoces nuestra debilidad, ten misericordia de nosotros.

## VII. Mejor Barrabás

*Por la fiesta, el procurador solía liberar al preso que quisiera la gente. Tenían entonces a un preso célebre, llamado Barrabás (Mt 27,15-16), que en una revuelta habían cometido un homicidio (Mc 15,8). Les dijo Pilato: "¿A quién quieren que suelte, a Barrabás o a Jesús el llamado Cristo?" Pues sabía que se lo entregaron por envidia. Pero los sumos sacerdotes y los ancianos convencieron a las gentes para que reclamaran a Barrabás y pidieran la muerte de Jesús. El procurador les preguntó: "¿A quién de los dos quieren que suelte?" (Mt 27,17-21). Pero todos a una gritaron diciendo: "¡Fuera éste! Suéltanos a Barrabás."*







+ Barrabás era un malhechor y Jesús el más grande bienhechor que ha existido. A Jesús lo hunden hasta el fondo y a Barrabás lo sacan a flote. A Barrabás se le deja impune y a Jesús lo condenan a muerte. Entre Jesús y Barrabás se da un contraste de injusticias.

¡Jerusalén, Jerusalén, que matas a los profetas...! ¡Cuántas veces quise reunirme bajo mis alas, como una gallina reúne a sus pollitos, y tú no quisiste! (Mt 23, 37).

\* Señor, tú que en cada uno de nuestros pecados eres pospuesto, mira con misericordia nuestro corazón de malhechores y ayúdanos a hacer el bien para irnos asemejando a ti.

### VIII. Condenado a muerte

*Pilato les volvió a hablar, queriendo soltar a Jesús. Ellos siguieron gritando: "Crucifícale, crucifícale". Pero ellos insistían pidiendo que fuera crucificado; y sus voces aumentaban (Lc 23,18-23).*

*Al ver Pilato que nada lograba, sino que se formaba más alboroto, cogiendo agua, se lavó las manos a la vista del pueblo y dijo: "Soy inocente de esta sangre: ustedes verán". El pueblo en masa respondió: "¡Que caiga su sangre, sobre nosotros y sobre nuestros hijos!" (Mt 27,24-25).*

+ Estos hombres no representaban al pueblo judío, más bien representan a todos aquellos cuyos pecados son la causa de la crucifixión. Jesús va a morir porque los hombres matan. Han matado a miles y miles de personas inocentes, antes y después de Jesús. La injusticia con Jesús es un eslabón en la cadena de todas nuestras injusticias.

¡Que fácilmente cambia el pueblo! Ayer gritaba por las mismas calles: ¡Hosanna en el cielo, bendito el que viene en nombre del



Señor! Ahora: ¡Crucifícalo, crucifícalo; no queremos más rey que al César Tiberio!

Jesús preveía este momento. El terror de la cruz lo hizo sudar, temblar y llorar; el miedo, tedio y pavor lo llevaron a poner el rostro en la tierra y a suplicar al Padre para que todo esto no sucediera... pero sucedió... y Jesús fue escuchado de modo incomprensible, por su resurrección (Hb 5, 7s).

\* Señor, Tu que abatido, suplicaste al Padre por tres veces, "que pase de mí este cáliz", ayúdame a seguirte con mi propia cruz y a poner toda mi confianza en ti.

### IX. La flagelación

*Les soltó a Barrabás y entregó a Jesús, después de flagelarlo, para que fuera crucificado (Mc 15,15; Jn 19, 1).*

+ La flagelación era el castigo prometido; muchos morían a causa de ella. Cuando se golpea una campana todos los golpes son iguales y producen el mismo efecto. En Jesús cada golpe es distinto al anterior. Cada golpe destruye un poco más y cae sobre lo golpeado. Hasta que brota la sangre. El aspecto de Jesús es lamentable e impresionante. Una uva en un lagar es una imagen demasiado poética para hacernos comprender lo que pasa con Jesús.

La Flagelación no era sólo costumbre romana, también los israelitas la usaban desde antiguo (Dt 25, 2-3). No debían aplicarse más de cuarenta golpes; para no pasarse daban treinta y nueve, trece en el pecho y trece a cada lado de la espalda. Esto bastaba para desgarrar el cuerpo del azotado.





*¿A quién no le mueve ver su cuerpo tan herido? Eran nuestros sufrimientos los que llevaba, nuestros dolores los que le pesaban... Ha sido traspasado por nuestros pecados, deshecho por nuestras iniquidades" (Is 53,4-5).*

Pilato llega a pensar que la gente, al verlo, se conmoverá, que dirá: ¡basta con eso! Pero se equivoca una vez más.

\* Señor, haz que no aparte los ojos de ti, que jamás cierre mi corazón; para que conociéndote internamente y amándote con toda el alma, aprenda a seguirte y pueda acoger en mí el dolor del mundo, con la parte de sufrimiento que yo deba llevar, y así te ayude a salvarlo.

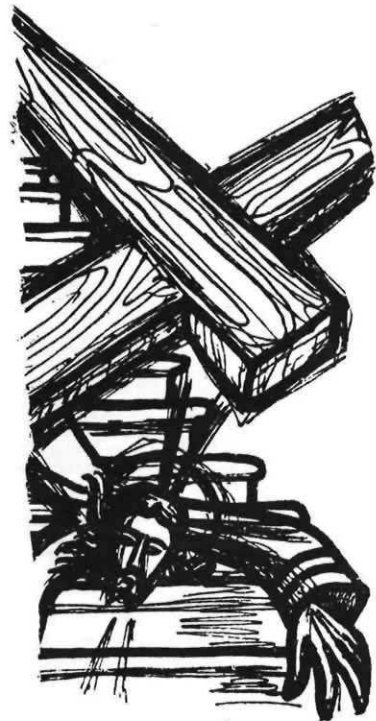
#### **X. La burla de los soldados**

*Entonces los soldados del procurador, llevando consigo a Jesús al pretorio, reunieron en él a toda la tropa romana.*

*Y desvestiéndole, le echaron encima un manto rojo y, después de tejer una corona de ramas de espinas, se la pusieron sobre su cabeza y una caña en la derecha y, doblando la rodilla ante Él, se burlaban diciendo: "Salve, rey de los judíos" y lo escupían, le quitaban la caña y le golpeaban la cabeza. Y, después de burlarse, le quitaron el manto de púrpura y le vistieron su túnica (Mt 27,27-31; Jn 19 4s).*

+ Los que quieren congratularse con la autoridad religiosa se burlan también de Jesús. Lo golpean, lo insultan, le tapan la cara y lo abofetean. Y Jesús pasa por todo esto sin proferir palabra. Jesús tiene que beber hasta la última gota el cáliz amargo de la vileza humana. Se encontró con la gente más insensible ante la dignidad humana. Los soldados fueron sus verdugos.

¿Dónde está el centurión a quien Jesús le curó la hijita hace poco? (Mt 8,5s).





\* Señor, tú que al padecer tantas injurias y vituperios nos enseñaste que en algún momento hemos de seguirte en las penas para seguirte también en la gloria, ayúdanos a no defallecer al completar en nosotros lo que falta a tu pasión, para estar también contigo en la gloria de la resurrección (Ej 95; Col 1,24).

### XI. Ecce homo

*Salió otra vez Pilato afuera y les dijo: Miren aquí está, para que sepan que no encuentro culpa alguna en él. Salió, pues, Jesús afuera, con la corona de espinas y el manto rojo. Pilato les dijo: Aquí tienen al hombre* (Jn 19, 4-5).

+ San Ireneo decía que la gloria de Dios estaba en el hombre viviente (Ad Haer. IV,20,7). Pero aquí el mejor hombre que la humanidad ha producido y conocido es un andrajo. Da lástima. Es capaz de conmover a cualquiera. Pero los corazones de los que lo vieron fueron insensibles como una piedra.

Poncio Pilato usa la expresión "ecce homo" en sentido despectivo, o para mover a compasión, o sencillamente fue la entrega de Jesús al pueblo embravecido, pero los creyentes encontramos en ella un sentido trascendente, que nos invita a la contemplación.

"La gloria de Dios está en la faz de Cristo" (II Cor 4,6). Me hace falta, Jesús, contemplarte largamente, como el hermano pequeño al hermano mayor. Pues yo quiero parecerme a ti, y para eso es necesario mirarte. Dejar que tus rasgos se hagan los míos.

Reproducir en mí tu propia imagen (Rom 8,29) es el sentido de mi vida. También a mí me tocará en algún momento reproducir tu imagen doliente para llegar a reproducir algún día tu imagen gloriosa. Porque no hay mejor manera de reproducir tu imagen dolorosa que cargando cada día con mi propia cruz.







\* Dios omnipotente y eterno, que has puesto como modelo de todos los hombres a Cristo Jesús nuestro Salvador, hecho hombre y humillado, manténme joven en mis esfuerzos, líbrame de la rutina que me adormece y haz que no me canse de contemplarte para llegar a verte eternamente en el cielo.

## XII. Camino del Calvario

*Cuando lo sacaron, cogieron a un hombre, llamado Simón que era de Cirene, y le obligaron a llevar la cruz. Le acompañaba muchas gente del pueblo y mujeres que se golpeaban el pecho y lloraban por El (Lc 23,27).*

+ Cristo sigue hacia el calvario y sigue todavía haciendo nuestra su entrega al Padre y a los hombres. El está "en nuestro lugar" no tanto porque sufrió lo que nosotros debíamos sufrir, sino porque ha amado y se ha entregado al Padre por nosotros. Su entrega nos pertenece, porque ha muerto en nuestro lugar y por eso, representativamente, todos hemos muerto (2Cor 5,14-15); su amor nos pertenece más que nuestros propios pecados.

En esta procesión de muerte va también la Virgen, llorando con las otras mujeres y sin entender nada. Y sin poder hacer nada. Inexplicablemente todo y todos se han vuelto contra Jesús. No queda más que acompañarlo y seguirlo hasta la cruz.

\* Jesús, tú aceptas la ayuda de Simón de Cirene. Tú no has exigido el gesto de amor del amigo generoso hacia el amigo agotado. Tú has aceptado la ayuda del hombre obligado. Tú te haces ayudar por los que apenas pueden con ellos mismos; quieres tener necesidad de hombres y mujeres. A mí me gustaría ayudarte levantando tu cruz, pero llevar la mía es duro, y cuanto más vivo, la cruz se me hace más pesada. Conmigo camina un amigo, una esposa, un hermano, unos vecinos, unos compañeros



de trabajo. Tú me has colocado ahí, Señor, y yo los ignoro con mucha frecuencia y no los ayudo.

Como pedía San Ignacio, quisiera sentir *dolor con Cristo doloroso, quebranto con Cristo quebrantado, lágrimas y pena interna de tanta pena que Cristo pasó por mí* (Ej 203) como sentían las mujeres y la Virgen.

### XIII. Lo desnudaron

*Y al llegar al lugar llamado Gólgota, que quiere decir lugar de la Calavera, le dieron a beber vino mezclado con hiel; pero, después de probarlo, no quiso beberlo* (Mt 27,33-34). *Lo crucificaron y se repartieron su ropa* (Mc 15,24).

+ El vino mezclado con hiel era un brebaje amargo que servía para adormecer al paciente. Jesús lo probó para agradecerlo, pero no quiso tomarlo; prefirió estar plenamente sensible y consciente.

Antes de crucificar a Jesús lo desnudan, le quitan su manto y su túnica que luego van a repartir. Y Jesús se queda sin nada, o quizá con lo más indispensable, como vino al mundo cuando su madre lo envolvió en pañales y lo puso en el pesebre (Lc 2,7). Ahora le quitan sus vestidos y lo ponen en la cruz. Una sola cosa es necesaria: su Persona. Lo único que tiene Jesús es su cuerpo y su vida. Este es el Dios vivo, encarnado y desnudo.

\* Señor, yo sé que en todos los momentos de tu Pasión brilla tu amor a todo el género humano y particularmente a mí (Gl 2, 20), que te me has dado todo entero y sin nada, porque sólo tú me bastas; hazme sentir la felicidad de llevarte siempre conmigo.







#### XIV. La Crucifixión

*Allí los crucificaron, a El y a los dos malhechores, uno a su derecha y otro a su izquierda. Jesús decía: "Padre, perdónalos; pues no saben lo que hacen" (Lc 23,33-34). Era la hora tercia cuando lo crucificaron (Mc 15,25).*

*Escribió también Pilato un letrero y lo colocó sobre la cruz. Estaba escrito: "Jesús Nazareno, Rey de los judíos". Leyerón este letrero muchos judíos, porque el sitio donde había sido crucificado Jesús estaba cerca de la ciudad. Fue escrito en hebreo, latín y griego. Los sumos sacerdotes decían a Pilato: No escribas: "El rey de los judíos", sino que El dijo: "Soy rey de los judíos". Respondió Pilato: "Lo que he escrito, escrito está" (Jn 19, 20-22).*

+ El letrero era un título irónico para los judíos: su Rey en el más ignominioso de los tormentos. Y por eso reclaman. Pero también es la causa de la muerte: Está aquí porque es el Rey. Es Señor de vivos y muertos porque está ahí. En su corta vida Jesús nunca quiso ser tenido ni por rey ni por caudillo.

Señor-Jesús, te extiendes en la cruz todo lo largo que eres. La ocupas toda entera y, para que quede bien claro que te unes a ella, dejas a los soldados que te claven despiadadamente. Tus brazos abiertos, para nunca más cerrarlos, son un gesto de tu entrega generosa. Siempre serás nuestro Dios crucificado.

\* Padre nuestro, tú, que a lo largo de la Historia de la Salvación fuiste enviando tus profetas para recoger el fruto de tu viña amada, y últimamente nos enviaste al Hijo de tu amor, mira misericordiosamente nuestra historia personal de perdición, y por el amor de tu Hijo Jesucristo, conviértela en Historia de Salvación (Mt 21,33,s).



## XV. La túnica

*Los soldados, después de crucificar a Jesús, tomaron sus vestidos e hicieron cuatro lotes, una para cada soldado, y la túnica; era una túnica sin costura, tejida con un hilo de arriba a abajo. Dijeron: "No la rompamos, sino echemos suerte para ver a quién le toca". Para que se cumpla la Escritura que dice: "Se repartieron mis vestidos y sobre mi túnica echaron suertes". Eso, pues, hicieron los soldados (Jn 19,19-24).*

+ La túnica era una prenda llena de significado para Jesús, con ella se había mostrado resplandeciente en el Tabor (Mt 17, 13s), se había ensuciado con el polvo del huerto, estaba manchada de sangre a causa de los azotes y las heridas, con ella cubría su cuerpo, como lo hicieron los pañales en el pesebre (Lc 2,7); era un ornamento que olía a Jesús y a los trabajos realizados por el Reino. Había sido tejida de una sola hebra por las manos laboriosas de la Virgen. Cuando era niño, la túnica fue creciendo con él, aumentando y deshaciendo bastillas. Ahora es lo único que le queda; y, para un judío, es la peor de las vergüenzas sentirse despojado de su túnica, y prácticamente desnudo.

\* Señor, a todos los que no hemos sabido mantener blanca la vestidura de nuestro bautismo, concédenos revestirnos de ti, para poder así reproducir tu imagen y merecer tu amor.

## XVI. Que baje de la cruz

*Y los que pasaban le insultaban moviendo la cabeza y diciendo: "¡Bah! Tú que destruyes el templo y lo construyes en tres días, sálvate a ti mismo, bajando de la cruz". Y de la misma manera los sumos sacerdotes, burlándose junto con los escribas, decían: "Salvó a otros; y a sí mismo no se puede salvar; el Cristo, el Rey de Israel, baje ahora de la cruz para que veamos y creamos" (Mc 15,27,32).*







+ Nosotros quisiéramos que cayera fuego del cielo, que se bajara de la cruz y demostrara su identidad. Parece que Dios no tiene ningún interés en demostrar que existe. Y a nosotros su existencia en la debilidad no nos interesa. Queremos un Dios que remedie la situación y no que se identifique con ella. Es un Dios tan respetuoso de las responsabilidades de los hombres y de la historia, que él mismo parece irresponsable.

Nos gustaría que, tratándose de los demás, a Dios se le agotara la paciencia. -¡Si es omnipotente, que empiece por salvarse a sí mismo. Y creeremos! -No, seguiríamos sin creer.

\* Acuérdate, Señor, de tu gran misericordia, santifica y protege siempre a esta familia tuya por la que Cristo tu Hijo se entregó, para hacer nuestro su amor y su entrega.

### XVII. Entre malhechores

*Y con El crucificaron a dos ladrones, uno a su derecha y otro a su izquierda. Y se cumplió la Escritura que dice. "Y fue contado entre malhechores". Uno le insultaba: "¿No eres tú el Cristo? Sálvate a ti mismo y a nosotros". Pero el otro le reprendió: ¿Ni siquiera tú temes a Dios, estando en la misma pena? Nosotros estamos justamente, pues recibimos lo merecido por las cosas que hicimos; pero éste nada malo ha hecho". Y decía: "Jesús, acuérdate de mí cuando llegues a tu reino". Jesús le dijo: "Te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso" (Lc 23,36-43).*

+El cumplimiento de las Escrituras es muy importante para los evangelistas, porque es una clave de interpretación de los hechos, y revela la forma primera en que se aceptó y valoró la muerte de Jesús. Las profecías hacían pensar que los acontecimientos tenían que suceder porque estaban previstos. Pero ahora sabemos que las Escrituras responden a la realidad futura y no la determinan.



Por el contrario son los acontecimientos los que hacen que el profeta los prevéa. Si a Cristo le hubieran dado otra forma de muerte, las Escrituras habrían ofrecido otras profecías.

No por mi contrición imperfecta, ni por mi propósito de enmienda, sino por tu inmensa bondad, borra mis faltas y purifícame de mis pecados. Enséñame a tener paciencia conmigo mismo y confianza en ti. Cuando no pueda más, acepta mi debilidad. Tú, que escuchaste al ladrón y absolviste a la Magdalena, llenaste también mi corazón de esperanza. El ladrón estuvo contigo... y por eso le prometiste el reino.

\* Dios y Padre nuestro, que has permitido que tu Hijo único afrontara los tormentos de la cruz para que por su amor y entrega se salvara el género humano. Concédenos a nosotros, que hemos creído en el valor universal de su entrega, conseguir el premio de la resurrección final.

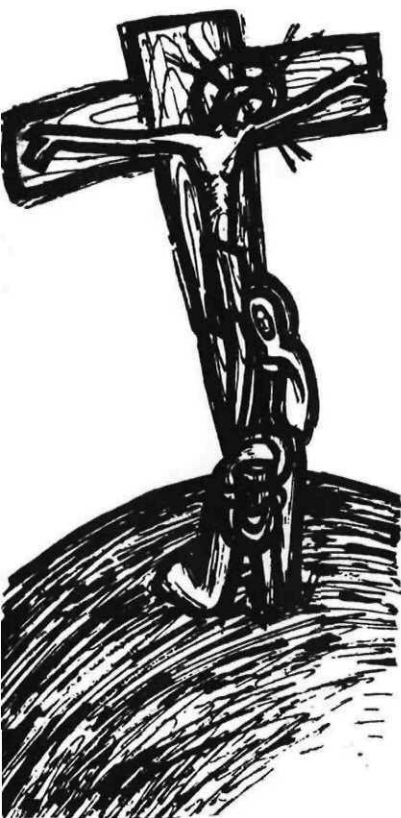
### **XVIII. La muerte de Jesús**

*Y a la hora nona gritó Jesús con gran voz: "Eloi, Eloi, lamma sabactani, que se traduce: Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado? Y algunos de los presentes, al oírle, decían: "Miren, llama a Elías" (Mc 15,34-35).*

*Después de esto, sabiendo Jesús que ya todo se había llevado a cabo, para que se cumpliera la Escritura, dice: "Tengo sed". Había un vaso lleno de vinagre. Clavaron una esponja empapada de vinagre en un hisopo, y se la acercaron a la boca. Cuando tomó Jesús el vinagre, dijo: "Todo está cumplido" (Jn 19,28-30). Y, gritando con gran voz, dijo: "Padre en tus manos encomiendo mi espíritu" (Lc 23,46). E inclinando la cabeza, entregó el espíritu (Jn 19,30).*







+ La muerte de Jesús es dramática, no tiene la aureola de la serenidad que tiene la de Sócrates. Jesús muere atormentado física y espiritualmente. Su muerte es el abismo de los malos entendimientos, de la injusticia, de la soledad, de la burla, de la amargura, del dolor. Aun nosotros quedamos escandalizados de Dios... al saber que Jesús se sintió abandonado por El. ¿Era necesario tanto?

Tres horas de agonía son largas, más largas que tres años de vida, más largas que treinta años. Ahora la vida se escapa, abandonando uno a uno los miembros, y se refugia, acorralada por la muerte, en ese corazón que todavía palpita.

El ha tomado en sus manos lo poco que le quedaba, algo de vida. Lentamente, solo, entre el cielo y la tierra, ha levantado sus ojos al cielo y los ha vuelto a la tierra para cerrarlos definitivamente llorosos y opacos, y con un grito lo ha entregado todo: *"Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu"*.

Su cuerpo se aflojó y cayó más pesado que nunca, pendiente de las heridas de manos y pies. Un momento solemne. Todo se acabó. Ya no hay remedio. Nadie puede hacer nada. Jesús muere, y muere totalmente, muere de verdad. La muerte solamente se puede unir a la resurrección por el misterio de Dios. Ahora es la hora de Dios...

Dado que Cristo ha muerto por nosotros, "en nuestro lugar", de alguna manera todos nosotros hemos muerto ya, y por eso ahora debemos vivir para él (2Cor 5,14-15). Tu entrega y tu muerte me pertenecen, más que mi propia muerte. Y lo mismo me pertenece tu amor. "Porque, si mi vida está unida a ti en una muerte como la tuya, lo estará también en una resurrección como la tuya" (Rom 6,5).



\* Padre misericordioso, tú has permitido que tu Hijo padeciera el sacrificio de la Cruz, para que por su amor y su obediencia ante el dolor y la muerte, nos salvara del poder del enemigo; concédenos participar también de la vida del Señor resucitado.

### **XIX. Era el Hijo de Dios**

*El centurión y los que con él hacían guardia, al observar las cosas que pasaban, tuvieron pánico, diciendo: "Verdaderamente éste era Hijo de Dios" (Mt 27,51-54). Y toda la gente que estaba presente a este espectáculo, se volvió a la ciudad golpeándose el pecho (Lc 23,48).*

+El reconocimiento del Centurión es indudablemente salvífico para el Centurión, pero ya inútil para Jesús. ¿No debería, la pasión, arrancar de mí una confesión: "Señor mío y Dios mío", como la de Tomás en la resurrección?

\* Cristo Jesús, Hijo de Dios vivo, al mediodía, has sido elevado en la cruz, tu sangre se ha derramado para el perdón de todos nuestros pecados; ahora, al caer la tarde, te suplicamos humildemente que nos concedas entrar en la vida eterna. Te lo pedimos a Ti, que has llegado hasta la muerte para hacernos participar de tu resurrección.

### **XX. María junto a Jesús**

*Estaban allí mirando desde lejos muchas mujeres, que habían seguido a Jesús desde Galilea para servirle, entre las que se encontraban María la Magdalena y María la de Santiago y la madre de José y la madre de los hijos del Zebedeo (Mt 27,55-56). Junto a la cruz de Jesús estaba, de pie, su madre y la hermana de su madre, María la de Cleofás y María la Magdalena (Jn 19, 25).*

+Ella te sigue, va entre la masa, pero no quita un instante los ojos de Ti, ni uno de tus gestos, o heridas le resultan extrañas.







Ella te dió la vida humana y te enseñó a vivirla humanamente. Ella conoce tus sufrimientos, sufre tus sufrimientos, sin hablarte, sin tocarte, contigo salva al mundo. Con una presencia de ánimo insuperable ella te vió morir como te vió nacer. También en este momento su corazón estaba lleno de gracia, y era el centro femenino más grande y delicado del amor de Dios. Indudablemente que todo esto lo vivió, lo gurdó en su corazón y lo meditó hasta su muerte (Lc 2, 19 y 51).

\* Muchas gracias, María, por todo lo que le diste a Dios: la vida humana y con ella, la posibilidad de entregarla.

### XXI. Sepultado

*"José tomó el cuerpo de Jesús, lo envolvió en una sábana limpia, y lo depositó en su propio sepulcro nuevo. Hizo rodar una piedra grande a la puerta del sepulcro y se retiró" (Mt 27,59-60).*

+ No hablemos más de ello. Todo se acabó.

Cuando vino al mundo lo recibió su madre y lo colocó reverentemente en el pesebre; ahora lo coloca, muerto, en lo profundo de la tierra, como el grano que ha de dar mucho fruto. Y así como Jesús verdaderamente nació, así también murió. Tres días en el sepulcro confirmarán la autenticidad de su muerte.

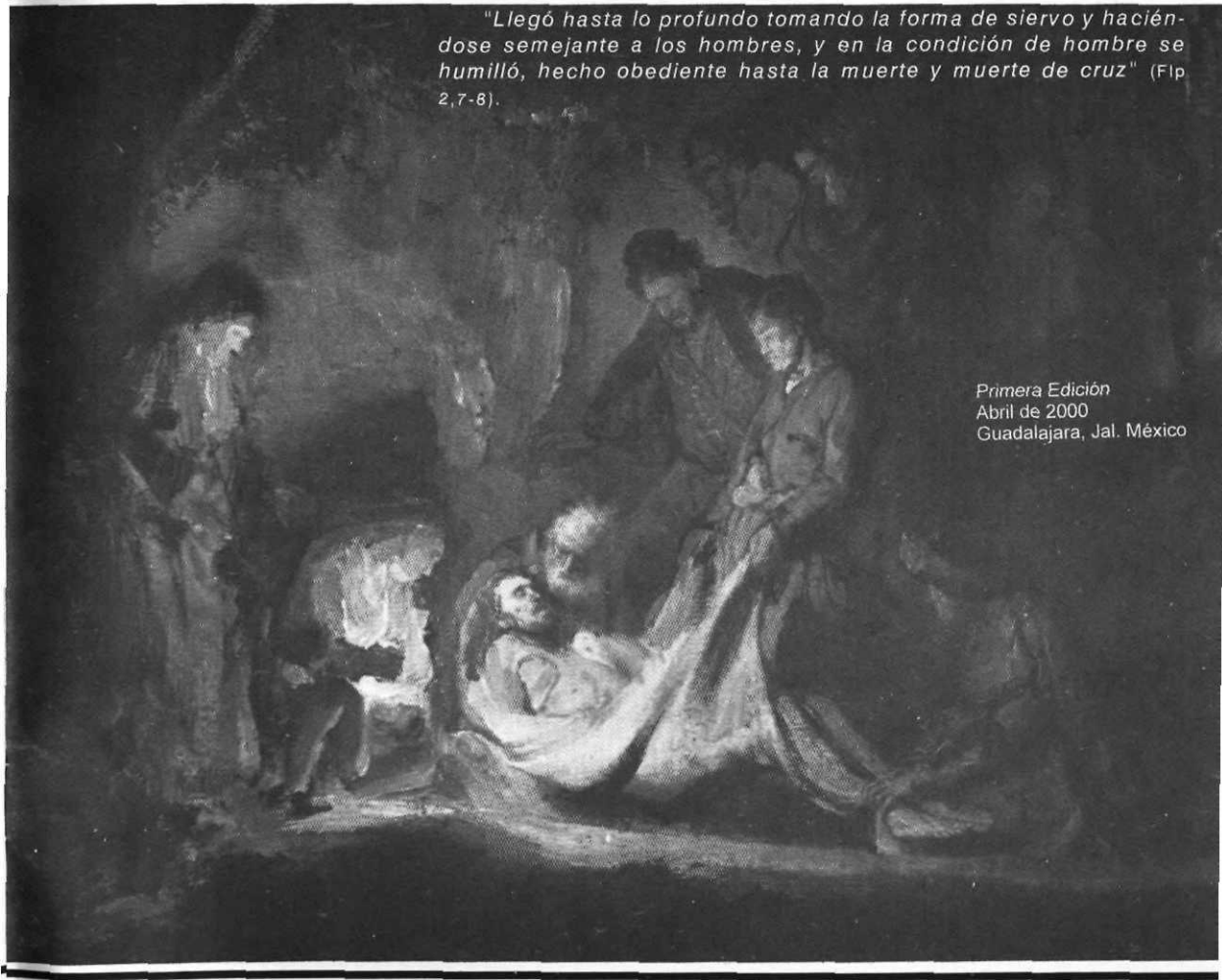
*"Llevamos siempre en nuestro cuerpo, por todas partes la muerte de Jesús, para que también la vida de Jesús se manifieste en nuestro cuerpo" (2 Cor 4,10).*

\* Padre eterno, habiendo meditado la pasión y muerte de Jesús, tu Hijo, envíanos tu Espíritu, para que vaya transformando cada día más nuestra vida a semejanza de la de Jesús, y nos ayude a llevar valerosamente nuestra propia cruz.



*"Llegó hasta lo profundo tomando la forma de siervo y haciéndose semejante a los hombres, y en la condición de hombre se humilló, hecho obediente hasta la muerte y muerte de cruz" (Filp 2,7-8).*

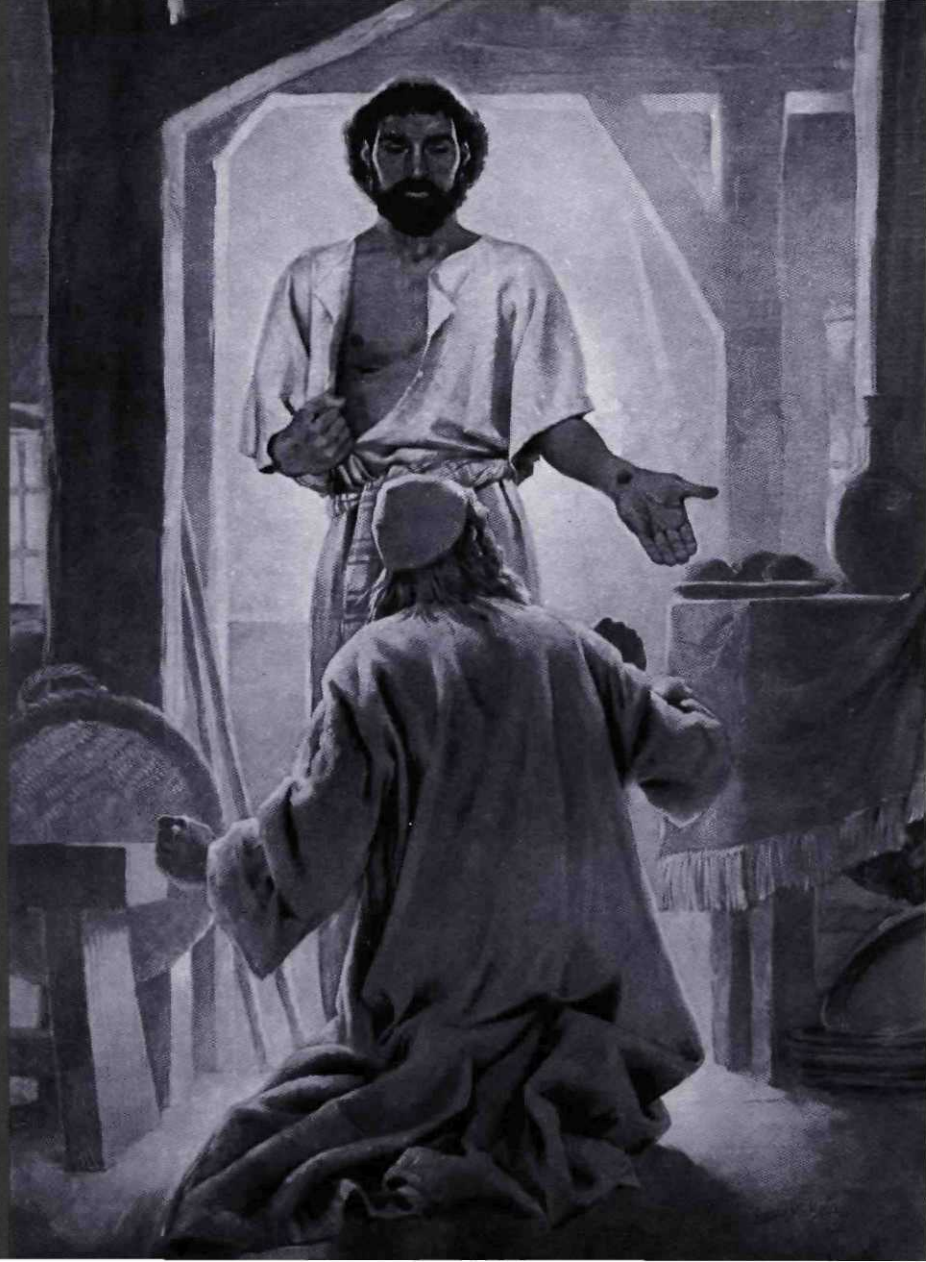
Primera Edición  
Abril de 2000  
Guadalajara, Jal. México











**resucitó**



Guadalajara, Jalisco a Enero de 1997  
1ra. Edicion



**Juan Manuel García de Alba, S.J.**

**"El Señor resucitó" (Lc 24,34).**

**Contemplaciones de la cuarta etapa  
de los Ejercicios Espirituales  
de San Ignacio.**

**resucitó**







En este cuadernillo presentamos cuatro contemplaciones de las que propone San Ignacio para la cuarta semana de los Ejercicios Espirituales. Las elegimos no siguiendo el orden en que las presenta San Ignacio, ni tampoco el orden cronológico, sino más bien pensando en la dinámica espiritual de quien ha venido haciendo los Ejercicios ayudado por esta serie de cuadernillos.

La introducción a la cuarta etapa nos podrá servir para comprender la gran importancia de la Resurrección para la persona de Jesús, su vida, su mensaje, su pasión y muerte. Además, la Resurrección es un mensaje también sobre nosotros mismos y sobre nuestro destino.

San Ignacio quiere que pidamos, como una gracia, gozo y alegría intensa de tanta gloria y gozo de Cristo Nuestro Señor (Ej. 221,229). La petición de esta etapa de los Ejercicios puede ser para toda la vida, porque el Cristo que convive con nosotros es Jesús resucitado. Sabemos que Cristo se ha ido para prepararnos un lugar (Jn 14,2-3), porque quiere que donde está él, allí estemos también nosotros (Jn 17,24), pero mientras tanto hemos de continuar su obra salvífica (Jn 20,21).





## Introducción a la cuarta etapa



La luz de la resurrección se proyecta en todo el Evangelio, y así también en los Ejercicios, el Cristo con el que nos ponemos en contacto es el Señor resucitado. El hace el llamamiento en la misión del Rey temporal, y también, El hace posible la respuesta. De nada serviría un amor nostálgico a Jesús, si ya no está presente y activo en la vida de los hombres; aunque haya dejado sus huellas en la historia y un buen recuerdo de sí. El Cristo en el que creemos y al que amamos, y a quien deseamos imitar y seguir, no es un Mesías fracasado, sino el Cristo resucitado que murió, y ahora es la fuente de vida y el principio de salvación y justificación para todos los hombres.

Las apariciones serán el tema de nuestras contemplaciones. Porque a Jesús no se le encuentra por un mecanismo de investigación y de búsqueda, sino que se le encuentra, en el orden de la fe, por una aparición. Esta puede o no, pertenecer a lo sensible; lo importante es la presencia y la acción de Jesús.

### Las apariciones

Lo notable de las apariciones no son los pormenores históricos, sino el mensaje fundamental, que es la persona de Jesús resucitado; sus signos y sus palabras están en función del encuentro personal (Lc 24,31; Jn 21,15; 20,16).

Las apariciones proceden de su iniciativa. Algunas Jesús las anuncia y los discípulos las esperan (Mt 26, 32; Mc 16,7). Dejan la sensación de que en cualquier momento puede hacerse presente. No está limitado a un "aquí", puede presentarse aquí y allá y en todas partes. Tampoco el tiempo lo condiciona; puede presentarse ahora, o después, o en cualquier momento.

### Resurrección y Evangelio

La resurrección es la obra de Dios en las dimensiones propias de Dios; por eso no puede considerarse un hecho histórico en



sentido estricto, es decir, un hecho comprobable con el método experimental de la ciencia y de los fenómenos físicos. No es algo que pueda fotografiarse y registrarse. El acontecimiento histórico es la muerte de Jesús, y después la fe y el mensaje pascual de los discípulos; esto es lo constatable.

La resurrección no sólo abre una nueva dimensión en el conocimiento que los discípulos tienen de Jesús, sino que, además, es un acontecimiento integrante y fundamental de la persona de Jesús.

*Para ellos el mensaje no consistirá solamente en lo que Jesús dijo e hizo; sino, principalmente en lo que el mismo Jesús dice y hace en la comunidad primitiva. Aunque el punto fundamental es la fe en Jesús resucitado, la comunidad de creyentes no empezó absolutamente con la Pascua. Tuvo origen en el grupo de discípulos que siguieron a Jesús, y en todas aquellas personas que lo escucharon y amaron.*

El mensaje sobre Jesús resucitado está estrechamente vinculado con el mensaje sobre su vida temporal y sobre sus circunstancias. El objeto de la predicación de Pascua no es solamente recordar lo que Jesús decía, sino vincular lo que Jesús decía y hacía con Jesús resucitado, ahora presente y activo en la predicación apostólica (Mc 16, 20).

La experiencia se convierte en una relación con Jesús que ahora inspira las nuevas actividades de sus seguidores. Llama la atención la libertad con que los discípulos y evangelistas eligieron, adaptaron y transformaron el mensaje en orden a la práctica y a la predicación. El Evangelio todavía no era un documento; era el recuerdo vivo del Señor que seguía renovando, a través de los discípulos y por medio de su Espíritu, su mensaje.







Sólo la luz de la resurrección abre los ojos de los discípulos para interpretar más auténticamente la vida de Jesús (Jn 20,9; Lc 24,27). Sin la resurrección el mensaje del mismo Jesús es ineficaz y carente de significado. A la luz de la resurrección el seguimiento de Jesús pre-pascual adquiere un nuevo sentido, señala la dirección de "un seguimiento" distinto, en actitud creadora y responsable, y con gran lugar a la invención. La predicación y actividad temporal de Jesús adquiere un significado nuevo y trascendente.

### **El Señor resucitado**

Después de la resurrección Jesús se convierte en centro único de la actitud y actividad religiosa. El culto dirigido al Padre es también un acto de culto dirigido a El, y viceversa. El y el Padre no son centros distintos de acción, de referencia y de culto; El es la imagen visible y alcanzable del Dios invisible e inalcanzable (Jn 14,7; Col 1,15). Su mediación no es un servicio transitorio; es algo que exige la naturaleza de Dios como Padre, y de los hombres, como hermanos, y del mundo, como realidad física.

Por sus resurrección, Jesús es "el Señor" para siempre. Aquél por quien Dios ejercita su señorío en el mundo, el que vive, el que vuelve, el que domina por toda la eternidad. No hay más señorío de Dios que el actualizado en el señorío de Cristo. Dios es dueño y Señor del mundo a través de Cristo, o no lo es de ningún modo. Todo absolutamente le está sujeto a Jesucristo en la forma y grado en que le está sujeto a Dios. Con el Padre tiene igualdad de gloria, de poder y de señorío (Mc 16,19).

### **Resurrección y mensaje sobre Jesús**

La resurrección es el fundamento de la fe y de la predicación apostólica: "*Dios ha resucitado a Jesús el crucificado*" (Hch 2,23; 3,15; 4,10; 5,30; 10,39). Para Pablo, la muerte y resurrección forman



un todo tan importante, que casi renuncia a ocuparse de la vida terrena de Jesús. Sin la resurrección hubiera faltado el sello trascendente a las palabras de Jesús, y Jesús habría sido una víctima más de la iniquidad humana.

La resurrección es el fundamento y el punto de partida de la fe cristológica. La comunidad primitiva no sólo piensa después de la Pascua en el Jesús terrena, sino en el que, en la actualidad, es el Señor y Mesías, a quien espera con ilusión hasta el fin.

### Revelación y Resurrección

La resurrección es la revelación plena de Jesucristo y del Padre que lo resucitó. Por su resurrección Jesús no viene a sustituir o suplantar la acción de Dios como Padre, sino a manifestarla y actualizarla. En Jesucristo se nos revela plenamente lo que ha sido verdad desde el principio: que El es la expresión máxima y natural del Dios vivo.

Después de la resurrección queda claro que la referencia y relación de Dios con los hombres es Jesucristo. Y que fuera de Jesús, el Padre no tiene ninguna palabra que decir -"se ha quedado mudo", en la expresión de San Ireneo y de San Juan de la cruz-(S.al M.Carmelo 11,c22,3-4). Y esto viene a significar no una limitación por parte de Dios, sino su total expresión a través de Jesucristo.

### Si Cristo no hubiera resucitado...

Si suponemos una hipótesis irreal, puede quedar más claro el sentido de lo real: si Cristo no hubiera resucitado nuestra fe sería inútil; estaríamos todavía en nuestros pecados. Porque *Cristo resucitó para nuestra justificación* (Rm 4,25)... *"Si solamente para esta vida tenemos puesta nuestra esperanza en Cristo, ¡somos los más desgraciados de todos los hombres!* (1 Co 15,17s).







Si Cristo no hubiera resucitado, su muerte hubiera significado la última palabra. La palabra del hombre hubiera sido la decisiva, la eficaz. Hubiera sido el triunfo del error sobre la verdad; del odio sobre el amor; de la injusticia sobre la justicia; del pecado sobre la santidad. Hubiera quedado claro que de nada servía ser bueno, porque la maldad acabaría por imponerse. Que el dolor y la muerte, la angustia y la desesperación es el trance que pasa el hombre y tras el cual solamente queda "la nada", más angustiosa que la misma muerte; hubiera quedado claro que vivir es un absurdo, y que Dios no existe, o que está tan lejos de la vida humana que es como si no existiera. Hubiera quedado claro finalmente que la vida, la verdad, la justicia, la santidad, y que Dios y el hombre, todo es una pesadilla absurda.

#### **Primogénito de la creación**

El punto central de la fe del cristiano no es ningún misterio, sino Jesús, que se ha encarnado, que ha resucitado, que es creador. La resurrección, la encarnación y la creación, son expresiones de la fe en un Dios que está en relación profunda con el hombre en todos sus momentos, en todas sus situaciones y con todas las cosas, porque se ha manifestado en Jesús histórico y lo ha resucitado. Y por su resurrección Jesús ha llegado a ser "*las primicias*" o "*el primogénito de todas las cosas*", de todas las personas, "*de los muertos*" y de la creación entera (Col 1,15s). Jesús de Nazaret vive con una vida superior a la intramundana y sigue siendo el mismo Jesús, de los hombres y de Dios (Ap 1,5).

Jesucristo, su ser divino manifestado en su ser humano, proclamado y revelado total y definitivamente por su resurrección, es el punto de contacto del Dios vivo con todos los hombres y con la creación entera.



## Nota previa

Tal vez no hemos meditado el impacto de la pasión y muerte de Jesús en los discípulos. El amor y el entusiasmo por El los había llevado a dejarlo todo. Seguir a Jesús había sido el sentido de la vida para cada uno de ellos. Con la muerte de Jesús murió también la fe, la esperanza y el amor que habían puesto en El.

Todo entró en crisis. Todo murió. Ni la fe, ni la esperanza, ni el amor, ni la confianza, ni el seguimiento, ni el trabajo tienen sentido... Si Dios no escuchó a Jesús, su Hijo único y su Hijo amado, menos escuchará a todos los hombres. Si Dios no estuvo presente para Jesús menos lo estará para todos los hombres, que son injustos. Los discípulos se sintieron sin Dios, sin Jesús, sin sentido. Llenos de temor, de miedo, de obscuridad.

## Petición

Pediremos durante la cuarta etapa: *"gracia para alegrarme y gozar intensamente de tanta gloria y gozo de Cristo nuestro Señor"* (Ej. 221). Ahora pediremos además, conocimiento interno de Jesús, que sin violentar la historia y las voluntades de los hombres se presenta en el camino de la vida para reorientar y llevar a su plenitud a cada uno de los que creen en El.

## Contemplar

Cleofás y el otro van huyendo... *Al amanecer...* Los que crucificaron a Jesús los pueden crucificar a ellos también.

*Jesús los alcanza. Se acerca. Los saluda y los acompaña.*

A tal grado estaban deprimidos que no lo reconocían. Las grandes emociones disminuyen a las personas. La memoria, el entendimiento, la voluntad, todas las facultades se encuentran como embotadas. Todo el hombre se siente como atrofiado. Insensibilizado.







-¿De qué hablan?-

*Ellos se detienen con aire entristecido.*

Siempre que está uno triste va despacio, como en un entierro.

-¿No sabes lo que ha pasado?-

Ellos dicen lo que piensan.

(La Historia)

*Jesús de Nazaret,*

*que fue...*

*Profeta poderoso en obras y en palabras  
delante de Dios y de todo el pueblo.*

(La Tragedia)

*Cómo nuestros sumos sacerdotes y magistrados  
lo condenaron a muerte  
y lo crucificaron.*

(La Desilusión)

*Nosotros esperábamos...*

*Que sería El*

*quien liberara a Israel.*

*Algunas de nuestras mujeres nos han sobresaltado, porque  
fueron de madrugada al sepulcro, y al no hallar su cuerpo, vinie-  
ron diciendo que hasta habían visto una aparición de ángeles,  
que decían que él vivía.* Las mujeres no eran personas dignas de  
crédito...-Mayor que su testimonio es nuestra experiencia. Ellas  
ven lo que quieren.

Para Cleofás y su amigo el leve brillo de una esperanza sola-  
mente ha resultado un nuevo y oscuro enigma, porque si Jesús  
viviera realmente, suponen, no los abandonaría en su aflicción.  
Ellos creían que Jesús era un profeta, pero no necesariamente el



Mesías, ya que su fin iba de acuerdo con la suerte de los profetas, pero no con la del Mesías.

Jesús habla de sí mismo, de su vida, de su pasión y de su muerte. Entendió y explicó su misterio a la luz de la Escritura. Jesús llevó el mensaje de la Escritura a su plenitud en su persona. El es el mejor expositor, El hace el mejor comentario, de El procede la mejor interpretación.

"Quédate con nosotros porque se hace tarde". Más bien: -Estamos agusto contigo. Queremos estar contigo. Habían hablado el día entero y querían hablar toda la noche.

"Entró a quedarse con ellos". Jamás rechaza una invitación o una súplica. Preparan una cena: pan, queso, dátiles, vino, una vela. Jesús en la cabecera, uno a cada lado.

Tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió, y lo iba dando. La mayoría de los exegetas opinan que no fue una Eucaristía. Jesús tenía un modo peculiar de bendecir. Nunca tomaba nada sin antes dar gracias al Padre.

"Entonces se les abrieron los ojos y lo reconocieron". El fenómeno de entender es instantáneo. Es el "insight", lo que en las caricaturas se representa con un foquito. Es la luz que abre el entendimiento. Consiste en entender los datos y armonizarlos, en sacar su sentido y captar que todo se conjuga, que todas las piezas tienen su lugar preciso y único, como en un rompecabezas.

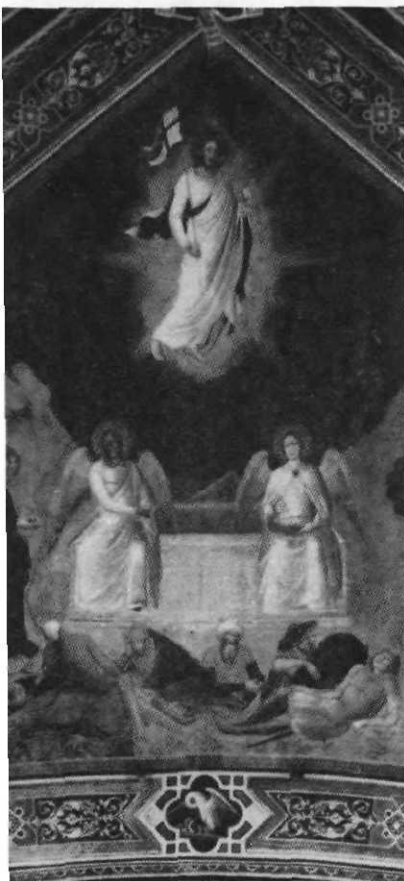
Confieren sus experiencias:

"¿No estaba ardiendo nuestro corazón dentro de nosotros cuando nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?".

Ahora vuelven a Jerusalén, pero en actitud de conquista. Los que iban con llanto ahora vuelven con júbilo.

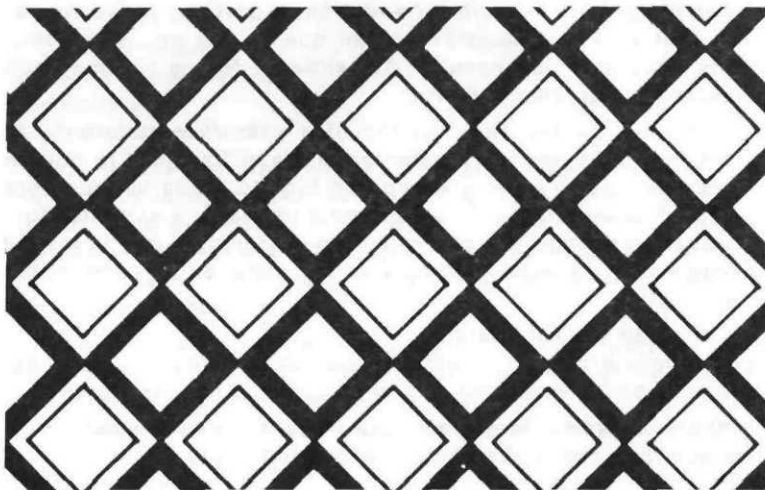






¡Es verdad! ¡El Señor ha resucitado y se ha aparecido también a Simón! La aparición a Pedro era importante, porque Simón era el jefe de la comunidad creyente de apóstoles y discípulos (1Cor 15,5).

Ellos contaron lo que había pasado en el camino y cómo lo habían reconocido en el partir del pan. Según todos los exegetas, "el partir del pan" es el término técnico para referirse a la Eucaristía. Aunque históricamente no haya sido una Eucaristía, San Lucas le da a esta aparición un sentido eucarístico. La aparición refleja la vida de los hombres que caminan con Jesús sin descubrirlo. Pero en la Eucaristía lo han de descubrir, como los discípulos de Emaús en el partir del pan.





## Presentación

**Personas:** los once discípulos, temerosos, las mujeres, y algunos más.

**Lugar:** Jerusalén, la madrugada del primer día de la semana; el cenáculo, con la puerta bien cerrada y atrancada.

## Petición

Conocimiento interno de Jesucristo Nuestro Señor, etc., que ahora vive con vida más verdadera y que es principio vital para todos los hombres y particularmente para nosotros en la participación de su misión, y a través de su Espíritu.

## Contemplar

Los discípulos juntos quieren sentirse fuertes ante el error, el fracaso y el peligro de muerte. No tienen ya nadie a quien seguir, en quien creer ni esperar; por Jesús sienten sólo una nostalgia inútil, y lástima.

Jesús se pone en medio de ellos, visible, y los saluda dos veces. Ahora trata de consolarlos como un amigo conforta a su amigo (Ej. 224). Se presenta, los saluda de la manera acostumbrada, con una fórmula y un beso. Así lo hacía siempre. Así lo hizo Judas en el huerto (Mt 26,48). Jesús reclama a Simón, el fariseo que quería pasar por amigo, el beso de saludo y amistad (Lc 7,45).

Se pone a platicar ampliamente con ellos. Juan nos transmite el mensaje principal: *"Como el Padre me envió, también los envío yo"* Los discípulos participan de la misión de Jesús y son enviados directamente por El, como El lo es por el Padre. Tienen la misma misión que Jesús: salvar al mundo, anunciar la buena nueva, ayudar a los demás.







*Luego sopló sobre ellos y les dijo: "reciban el Espíritu Santo".*

El Espíritu Santo es el don de Jesucristo resucitado. Es la vida (aliento) de Cristo resucitado en los hombres. La promesa del Espíritu se cumple en la resurrección (Jn 7,39; 16,7-8; Hch 2, 1s). Es la ayuda de Jesús para cumplir la misión. Es garantía de nuestra propia resurrección (Rm 8,10-11). Es la suma de todos los otros dones (Lc 11,13).

Cuando Dios creó al hombre, sopló sobre él y le dio aliento de vida. Esta es la imagen que describe al hombre como un ser vivo con la vida de Dios (Gn 2,7). Jesús también sopla sobre sus discípulos para comunicarles su propia vida, que es el Espíritu Santo.

A los apóstoles les da el poder de perdonar los pecados y a todos los hombres la posibilidad de ser perdonados. Jesús hace suyas las decisiones de los apóstoles y también las de todos aquéllos que obren sinceramente de acuerdo con su conciencia (-el criterio último de moralidad es el juicio inmediato de conciencia-).

La expresión de Tomás: "*Señor mío y Dios mío*", viene a ser el punto a donde todos los hombres deben llegar. San Juan resume en esta expresión su mensaje sobre Jesús; si Jesús es nuestro Dios y Señor, es él quien debe determinar nuestra vida, el centro de nuestra vida espiritual y de nuestro trabajo apostólico, y quien nos dará la inmortalidad y la felicidad eterna.

Bienaventurados, dichosos, son todos aquéllos que lleguen a esa fe aun sin ver. Entre esos estamos nosotros.

El Evangelio se escribió para llevarnos a la fe en Jesús como Hijo de Dios; y para que, teniendo nuestra fe puesta en Él, tengamos su vida en nosotros. Este es el fin de toda la actividad misionera de la Iglesia; y es también la meta de la vida cristiana.



## Reflexión

El camino que tenemos los hombres para reconocer que la muerte de Jesús no fue la última palabra, que no constituyó el fin, es saber que el Espíritu que animó a Jesús sigue animando a sus discípulos.

El Espíritu era para el pueblo hebreo la fuerza vital de Dios, una fuerza divina misteriosa. San Juan piensa que esa fuerza residía en plenitud en Jesús y que era su vida, por eso antes de su muerte *"no había Espíritu"* (Jn 7,39), y con su muerte y resurrección el Espíritu de Jesús se entregó a los apóstoles y discípulos.

Jesús prometió habitar con sus discípulos y esta promesa se cumple a través de su Espíritu (Jn 14, 15). El primer pasaje que contiene la promesa del Paráclito tiene como continuación inmediata *"volveré a ustedes"* (Jn 14, 18). Jesús vuelve a través de su Espíritu, y a través de su Espíritu permanece en aquéllos que lo aman (Jn 14,17). Jesús está presente con su Espíritu en la liturgia, en la vida y en el corazón de todo aquél que lo recuerda y lo ama.

El Espíritu Santo es la fuerza y la vida de Dios que se da en su plenitud a Cristo y por Él al hombre. El Espíritu Santo es la vida de Cristo en nosotros y por eso somos partícipes de la filiación divina; por el Espíritu Santo podemos llamar a Dios como Jesús: *"Abbá", Padre* (Rm 8,15). El Espíritu Santo es lo divino que hay en el hombre y está en profundísima relación con la vida que vivimos, y con la vida de Jesús.

El Espíritu Santo es persona en sentido metafísico; es decir, por cuanto se distingue del Jesús de la historia y del Padre de Jesús; su ser personal se fundamenta en la procedencia de uno y otro y en el estar encaminado al hombre; no es persona en el sentido psicológico de la palabra; como centro de conciencia, libertad, acción o referencia, distinto del Padre y del Hijo; ni







tampoco puede concretizarse en una imagen: no es fuego, ni paloma, ni viento. La visualización de Dios es solamente Jesucristo. La encarnación pertenece exclusivamente a la Segunda Persona de la Trinidad. El Espíritu Santo expresa en forma más particular lo espiritual, lo dinámico, lo vivo y lo santificante del ser divino único.

El Espíritu de Jesús es garantía de nuestra propia resurrección (Rm 8, 10-11), es la suma de todos los otros dones (Lc 11, 13).

### Oración

Terminar pidiendo al Padre y a Jesús que nos envíe su Espíritu para que nos haga descubrir la forma de participar en la misión que Jesús nos ha confiado y perseverar en su seguimiento.





## Introducción

**Personas:** Los once, Jesús, y quizá algunos más.

**Lugar:** Una colina en Galilea, el lugar donde estaban citados.

## Petición

Conocimiento interno de la misión que el Señor nos ha confiado, para que siguiéndolo en el trabajo, lo sigamos también en la gloria (Cfr. Ej. 93).

## Contemplar

*"Al verlo se postraron ante El"; otros, sin embargo dudaron...*

Schekel traduce: *"Se postraron ante El incluso aquéllos que habían dudado"*. Creer en Jesucristo resucitado no es más fácil que creer en Dios. Creer en Dios y en Jesucristo (Jn 14,1); amar a Dios, a Jesucristo y a los demás, es una misma realidad.

Jesús les da una sola consigna *"hagan discípulos míos"*. Se trata de continuar el movimiento iniciado por Jesús. Se trata de seguir a Jesucristo y caminar por donde El caminó, se trata de reproducir su imagen en todos los aspectos. Enseñar lo que El enseñó, no una enseñanza fría, sino en un contacto personal con el único Maestro. Se trata de establecer un vínculo vital con el mismo Jesús, sin el cual no hay auténtica fe cristiana. La Iglesia, aquí, más que una institución, es una comunidad de discípulos comprometidos con Jesús.

El mundo de Jesucristo ya no es sólo Israel, es el mundo entero, y éste es el destinatario de su mensaje y misión. El fundamento último de la universalidad de la misión es el poder de Jesucristo de entender, atender y comprender a todos los hom-







bres. Porque se le ha dado todo poder en el cielo y en la tierra por eso tenemos la misión de proclamar el Evangelio a toda la creación.

El poder salvífico de Jesucristo, actualizado y visualizado por su resurrección, es la base de la misión universal. Porque a Jesús se ha dado *"todo poder en el cielo y en la tierra"*, y en todos los pueblos (Mt 28,18; Ej. 307), por eso envía a sus discípulos a todo el mundo (Mc 16,15; Ej. 95s), para que prediquen el Evangelio (Mc 16,15) que consiste fundamentalmente en el anuncio de la Persona de Jesucristo, y en su resurrección, en la transmisión de su enseñanza, en la guarda de su palabra (Mt 28,20).

La fuerza que impulsa es su Espíritu (Jn 20,22s), entregado por los hombres en su muerte (Jn 20,30) y comunicado por su resurrección (Jn 20,22; Ej. 304). La garantía y la recompensa de la misión es que *"yo estoy con ustedes todos los días hasta el fin del mundo"* (Mt 28,20; Ej. 307). Anunciar el Evangelio es llevar a cabo el señorío de Jesucristo.

*"Y yo estaré con ustedes"*: a la extensión en el espacio se añade la continuidad de su presencia en el tiempo. Jesús, Señor del universo, es también Señor de la historia. Gracias a su presencia su mensaje continúa y el mundo se renueva. Porque El está en la historia lo podemos encontrar en nuestra vida. El está presente en todas nuestras circunstancias... principalmente en aquellas que tocan más de cerca nuestra relación con él.

Como Yahvéh prometió a Moisés y a su pueblo estar presente: *"Yo estaré (iré) contigo y te daré descanso"* (Ex 33,14), así promete Jesús a sus discípulos no dejarlos solos un momento.

La universal presencia de Dios se hace por Jesús una personal solicitud por todos los hombres, principalmente por los más necesitados.



### Reflexionar

Esta escena pone de manifiesto el sentido de todas las apariciones y del Evangelio entero. Se fundamenta en Jesús como Señor de cielo y tierra (1Tm 3,16; Hch 2,36; 13,33; Rm 1,4; Flp 2,5-11).

La Iglesia primitiva (Mateo) ha precisado la forma en que Jesús ha iniciado a los discípulos en una relación personal con el Padre, con El mismo y con su Espíritu. Esto se expresa claramente en la fórmula bautismal.

La vida de Jesús, como toda vida humana, puede interpretarse de muchas formas. El mensaje apostólico pospascual afirma que sólo es válida, en la línea de la fe, aquélla que tiene a Jesús como Señor y Mesías (Hch 2,36), como Dios y Señor (Jn 20,28s), y como fuente de vida para toda la humanidad.

La sola historia de Jesús no es el mensaje evangélico, ni tampoco interesa la mera imitación de Jesús como un paradigma de vida humana; lo que importa es la incorporación (comunidad de vida) al Jesús histórico resucitado, hecho principio vital, centro y meta de la vida que vivimos. La actitud fundamental del cristiano es una relación real en fe, esperanza y amor a Cristo, en el aquí y ahora en que el cristiano vive. Exige una proyección de su fe, esperanza y amor a Jesucristo en el mundo, y principalmente en el necesitado.

El mensaje se centra en la persona del Señor, no en misterios, ni en virtudes o ascéticas particulares, ni en algún esfuerzo especial -moralista- por desarraigar vicios o injusticias. El anuncio y la fe en Jesucristo exige como consecuencia invariable, y debe dar como fruto inmediato, la práctica de una vida más justa -santa-.

La presencia de Jesús en la liturgia llevaba a la comunidad primitiva a renovar continuamente la presencia de Jesús históri-

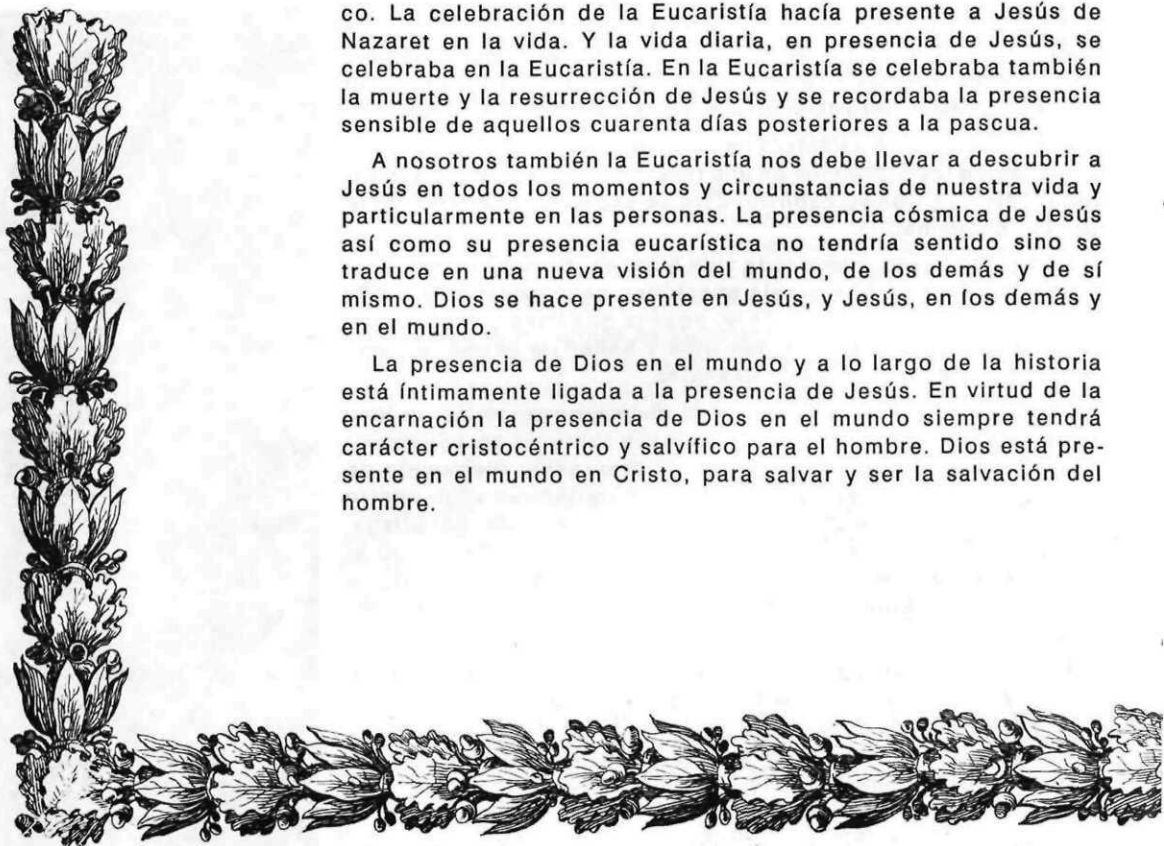




co. La celebración de la Eucaristía hacía presente a Jesús de Nazaret en la vida. Y la vida diaria, en presencia de Jesús, se celebraba en la Eucaristía. En la Eucaristía se celebraba también la muerte y la resurrección de Jesús y se recordaba la presencia sensible de aquellos cuarenta días posteriores a la pascua.

A nosotros también la Eucaristía nos debe llevar a descubrir a Jesús en todos los momentos y circunstancias de nuestra vida y particularmente en las personas. La presencia cósmica de Jesús así como su presencia eucarística no tendría sentido sino se traduce en una nueva visión del mundo, de los demás y de sí mismo. Dios se hace presente en Jesús, y Jesús, en los demás y en el mundo.

La presencia de Dios en el mundo y a lo largo de la historia está íntimamente ligada a la presencia de Jesús. En virtud de la encarnación la presencia de Dios en el mundo siempre tendrá carácter cristocéntrico y salvífico para el hombre. Dios está presente en el mundo en Cristo, para salvar y ser la salvación del hombre.





## Introducción

**Personas:** El Señor Resucitado, los apóstoles, quizá la Virgen y las mujeres, y tal vez muchos discípulos (los 500 de que habla San Pablo, 1Co 15,5).

**Lugar:** La Colina de los Olivos, frente a Jerusalén y al templo.

**Tiempo:** 40 días después de la Resurrección. Parece un número simbólico. Fue después de haber "consolidado", restaurado y reparado el corazón de los discípulos.

## Petición

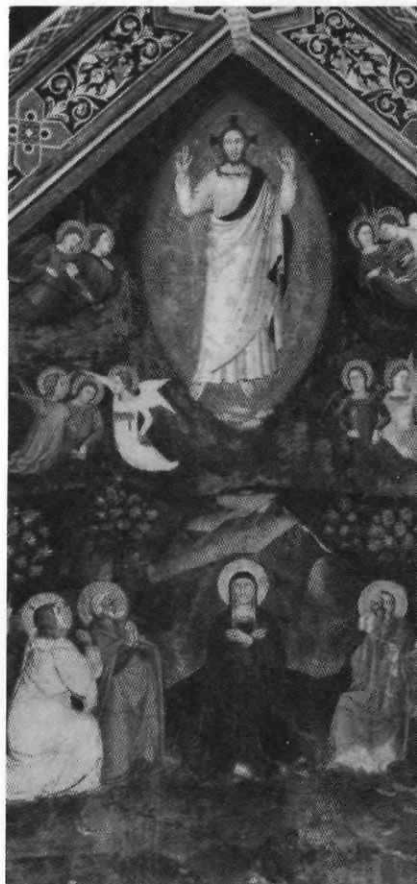
Conocimiento interno de Nuestro Señor Jesucristo que ahora, atraído por el Padre y movido por la fuerza de su Espíritu, llega al cielo para interceder por los hombres y desde la diestra del Padre cuidar de todos. Hacer de Jesús el centro de mi relación personal con Dios.

## Contemplar

"*Levantando las manos*" -es señal de oración-. Oración de despedida... como en la cena: "*Tuyos eran y tú me los diste*" (Jn 17,6s).

"*Luego los bendijo*": le dio gracias al Padre por todos y cada uno: Pedro, Juan, Tomás. Y por las relaciones personales que tuvo con ellos. Los bendijo poniendo las manos sobre sus cabezas y diciendo:

*"El Señor te bendiga y te guarde,  
haga brillar su rostro sobre ti (que se te manifieste cada vez más)  
y te sea propicio,  
que el Señor te ilumine y te conceda la paz"* (Nm 6,24-26).







La paz que Jesús pide para los discípulos y que él mismo les da no es la "pax romana", la ausencia de guerra; sino el "*Shalom*" hebreo: la paz que solamente Dios puede dar porque es el bien y la realización del hombre en todos los campos: espiritual y material, personal y social, político y económico; es la plenitud de ese hueco que lleva el hombre y que sólo Dios puede llenar.

"*Se separó de ellos*": era importante que fueran testigos de su ausencia tanto como de su presencia; para que no fueran a pensar que todo se quedaba encerrado en las entrañas del mundo y en el "aquí y ahora".

"*Se postraron ante El y lo adoraron*". Hasta el fin pueden llegar a lo más auténtico, definitivo y humano de la relación personal con el Jesús de la historia.

"*Vuelven a Jerusalén llenos de alegría*". No hay lugar a la tristeza ni a la nostalgia, aunque haya sido una despedida. Se trata de conquistar Jerusalén y el mundo con el mensaje de Jesús resucitado.

"*Y sentado a la derecha del Padre*" (Mc 16,19). Es la forma bíblica que con el lugar y la posición quiere proclamar la dignidad de Jesús, lo que después se va a llamar "consustancial a Dios", Dios como el Padre.

"*Los discípulos seguían yendo al Templo*". Jesús era judío desde lo más profundo de su corazón. y así siguió siendo la comunidad primitiva. Jesús, la Cena, y los demás son el lugar del encuentro y del culto.

Jesús "*co-operaba, co-laboraba*" (Mc 16,20) en la misión que El mismo les había confiado. La llevaba a cabo junto con ellos. Era clara, pero misteriosa, su presencia en su ausencia. La última frase en el Evangelio de Mateo es ésta:



*"Yo estaré con ustedes todos los días hasta el fin del mundo".*

Esta afirmación recuerda aquella promesa que hizo Dios a Moisés:

*"Yo mismo iré contigo y te daré descanso".*

*"Porque te conozco por tu nombre, -como tú eres- y has hallado gracia a mis ojos", -y te quiero con toda mi alma-* (Ex 33,12s).

Lo que Dios, por su Palabra, prometió a Moisés, lo cumple ahora de forma eminente en el mismo Jesús de Nazaret. Y los motivos son los mismos: *"porque te conozco por tu nombre y te quiero con toda mi alma".*

### **Reflexionar**

Viviendo Jesús nuestra propia vida se hizo solidario de todos los hombres, Principio vital y Cabeza de un cuerpo que formamos todos. Al ascender según la carne, visiblemente, asciende por El, con El y en El, todo el género humano. La carne ya no es germen de muerte sino semilla que lleva la vida; y en Cristo glorioso se ha manifestado la plenitud de su destino. *Ahora*, como dirá San Pablo, *debemos buscar las cosas de arriba donde está Cristo* (Col 3,1s), El se ha ido a prepararnos un lugar (Jn 14,3), *porque donde está El es necesario que estemos también nosotros* (Jn 17,24).

La ascensión de Jesucristo pone de manifiesto que su vínculo con el mundo es eterno (y por lo tanto también el nuestro), y que lo que una vez hizo suyo (la condición humana), lo ha hecho para siempre.

Encontramos a Dios en Cristo porque Dios estaba con (en) El en su vida mortal pero, sobretudo, porque en su resurrección y ascensión ha mostrado estar siempre con El, lo ha constituido





Señor de vivos y muertos y causa (principio) de salvación para todos. La ascensión no significa una distancia entre Jesús y el mundo; sino por el contrario, una presencia universal.

### Oración

Terminar con un coloquio de bendición, despedida y acción de gracias. Darle gracias por su grande gloria.

*"Si han resucitado con Cristo,  
busquen las cosas de arriba,  
donde está Cristo sentado a la diestra de Dios.  
Aspiren a las cosas de arriba  
no a las de la tierra.  
Porque han muerto,  
y sus vidas están ocultas con Cristo en Dios.  
Cuando aparezca Cristo,  
que es la vida de ustedes,  
entonces también ustedes aparecerán gloriosos con El" (Col  
3,1-4).*











12  
**para amar**



---

Fresco de la iglesia de Sopocani en Yugoslavia  
interiores: grabados de M.C. Escher.

Primera edición, julio 1986.  
Segunda edición, mayo 1993  
Tercera edición, con adiciones, marzo 2004  
Guadalajara, Jal. México

---



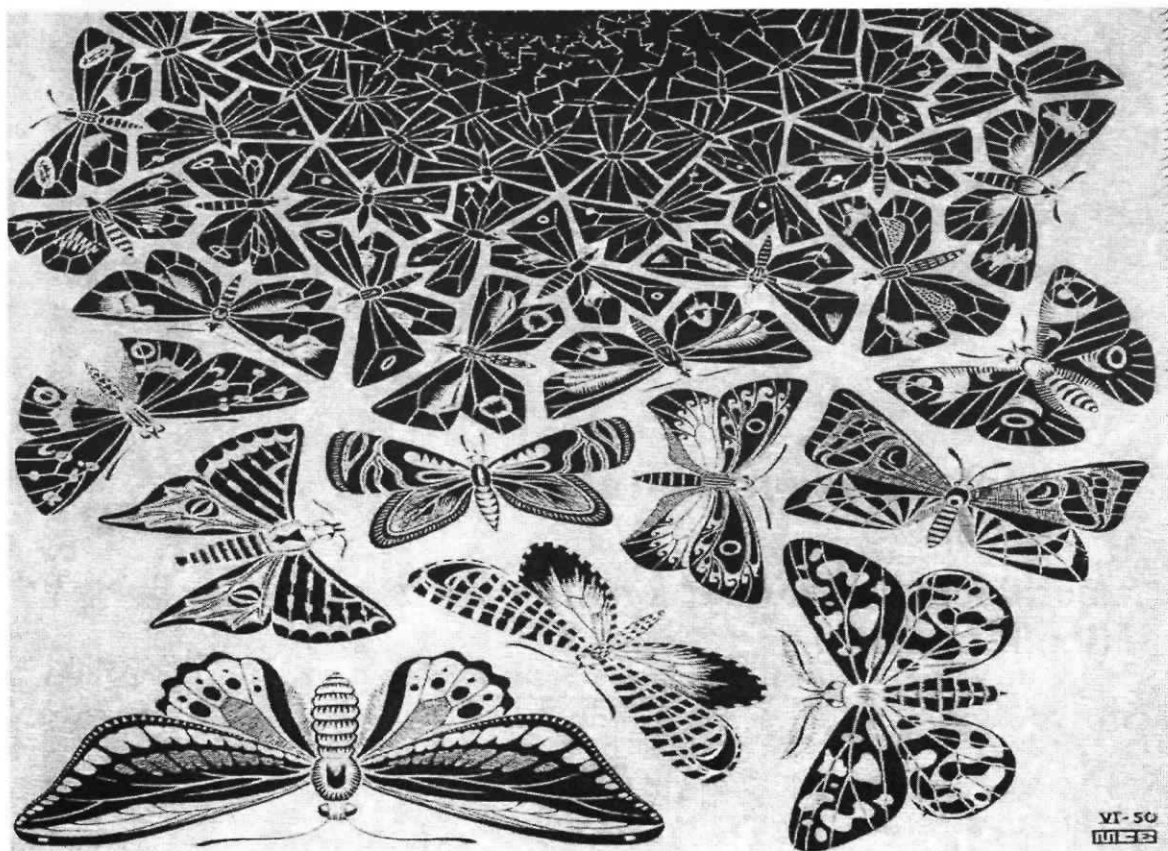
juan manuel garcía de alba, s.j.

**La contemplación para alcanzar amor  
a Jesucristo,  
meditación final de los ejercicios de  
San Ignacio.**

*¿Cómo llegar a encontrar y a amar a Jesucristo  
en la vida ordinaria?*

12  
**para amar**







Para el no creyente la vida personal se presenta como un enigma y una soledad. La fe le da al cristiano un sentido de la vida, un acompañamiento y una pertenencia. La fe es la forma de vincular la propia vida con la del Dios vivo.

Los cristianos tienen la experiencia de captar a Jesús presente en lo más íntimo del corazón. Saben que de alguna manera Jesús de Nazaret, que vivió en el mundo hace unos 2,000 años, tiene que ver con su vida concreta y personal. Saben que Jesús los llama y espera su respuesta. Saben que Jesús está en el prójimo y particularmente en el más necesitado. Saben que Jesús está entre los hombres que se reúnen a orar o a hacer el bien. Saben que Jesús está como alimento en la Eucaristía para vitalizarlos. En todas partes pueden levantar su corazón a Jesús para orar, porque experimentan que en todas partes está Jesús para escucharlos.

El Espíritu Santo, que es la fuerza y la vida de Dios en nosotros, nos lo envía Jesús como don suyo y regalo de pascua para conducirnos a la verdad de la revelación y al conocimiento y vinculación plena con Jesús de Nazaret.

Encontrar a Jesús en todo es fruto privilegiado de la acción del Espíritu Santo en nosotros.

Nuestra vida entera es una historia de amor de Dios hacia nosotros. Si supiéramos descubrir el amor de Dios y de los demás que encierra nuestra vida particular, viviríamos más felices y estaríamos más dispuestos a amar. Si nuestro amor fuera más grande nos inspiraría lo que deberíamos hacer en beneficio de los demás.







Nuestras ideas e imágenes de Dios pueden no corresponder a la realidad, pero la realidad corresponde necesariamente a su amor.

En este cuadernillo se ofrece una serie de consideraciones que pretenden ayudar a descubrir a Jesús, presente en nuestra vida, y cómo nosotros estamos presentes ante El. Nos ayudará también a encontrarlo activo en todas las cosas, así como a descubrir su Espíritu en todo lo que hay de bueno, de verdad y de virtud en la vida humana.

El propósito es enriquecer nuestra vida ordinaria y sencilla.

Estas consideraciones pertenecen a la meditación final de los Ejercicios de San Ignacio y están encaminadas a descubrir a Jesús de Nazaret en todo; a descubrir su amor y a mostrarle el nuestro a través de todas las cosas, circunstancias y momentos.

Este ejercicio, más que cualquier otro, invita al cristiano a vivir en una actitud contemplativa y activa, y a hallar a Jesús en todas las cosas y principalmente en las personas, para servirlo con nuestra actividad en favor de los demás. El primer paso es reconocernos particularmente favorecidos, el segundo: hacernos activamente agradecidos y finalmente, impulsarnos al compromiso gozoso de amar servir en todo.

La Contemplación para alcanzar amor a Jesucristo nuestro Señor es la cumbre más alta de la espiritualidad de San Ignacio y de la Compañía de Jesús.



La contemplación empieza con dos advertencias:

**La primera** brota de la experiencia de amar: *el amor se debe poner más en las obras que en las palabras.* (Ej. n. 232).

La gente dice que las obras manifiestan el amor más que las buenas razones. San Mateo pone en boca de Jesús estas palabras:

**No todo el que me diga: Señor, Señor, entrará en el Reino de los Cielos, sino el que haga la voluntad del Padre celestial** (Mt. 7,21).

Un monosílabo, un sí o un amén, pueden valer lo que vale toda la persona; pero solamente en la medida en que la expresa y la compromete, en la medida en que la persona es coherente con sus palabras.

**El que ha recibido mis mandamientos y los guarda ése es el que me ama.** (Jn. 14,21).

El amor a Jesucristo impulsa al verdadero discípulo a guardar los mandamientos. El amor no debe quedarse en palabras o en buenos deseos.

**Hijos míos- dice San Juan- no amemos de palabra, ni de boca, sino con obras y según la verdad.** (1 Jn. 3,18).

Pero dado que los hombres nos podemos expresar con obras y con palabras, el amor humano crece y se expresa con obras y palabras. Si imaginamos un tercer hijo que en la parábola de Mateo hubiera respondido de buena manera a su padre y hubiera hecho lo que éste le pedía, indudablemente que habría hecho lo mejor. (Mt. 21,28s).

El ideal es que el amor se exprese coherentemente con obras y palabras.







**La segunda advertencia** dice: *El amor consiste en el diálogo y en la comunicación de las personas que se aman.* (Ej. n. 231).

La persona es un conjunto de relaciones y se realiza relacionándose. Su origen, su desarrollo y su fin se dan en un conjunto de relaciones interpersonales; con las cosas el hombre se relaciona porque las necesita y las utiliza. Con las personas puede relacionarse por amor y para amar.

El amor es lo que más expresa al ser humano.

El hombre es amor y se realiza amando. Por eso el primero de los mandamientos reclama el amor del hombre. Pertenece a la experiencia de amar el advertir que el amor se desarrolla y crece con el diálogo y la comunicación de las personas que se aman.

La persona es pregunta y se realiza preguntando.

La persona es respuesta y se realiza respondiendo.

Es acogida y se realiza abriéndose a los demás.

Es entrega y se realiza entregándose.

Dar y darse es el sentido de la vida del ser humano.

Y dar y darse a Jesucristo es el sentido de la vida del cristiano consciente de que el centro de su afectividad, de su religiosidad y de su acción es Jesucristo.

La vida empieza cuando todo lo recibimos y termina cuando lo entregamos todo.



### El escenario:

La composición de lugar consiste en *ver como estoy delante de Dios nuestro Señor, de los ángeles y santos, que interceden por mí.*

**Jesús está siempre vivo para interceder a nuestro favor.**

(Hb. 7,25).

**Todo lo que pidan en mi nombre, yo lo haré para que el Padre sea glorificado en el Hijo. Si me piden algo en mi nombre, yo lo haré.**

(Jn. 14,13).

Esta composición de lugar recuerda la que proponía San Ignacio en la meditación del Rey temporal, cuando se entregaba a sí mismo con el deseo de seguir a Jesucristo en su misión apostólica. Entonces se refería a Jesús como *Eterno Señor de todas las cosas, a la Virgen como a la Madre gloriosa y a todos los santos y santas de la corte celestial.*

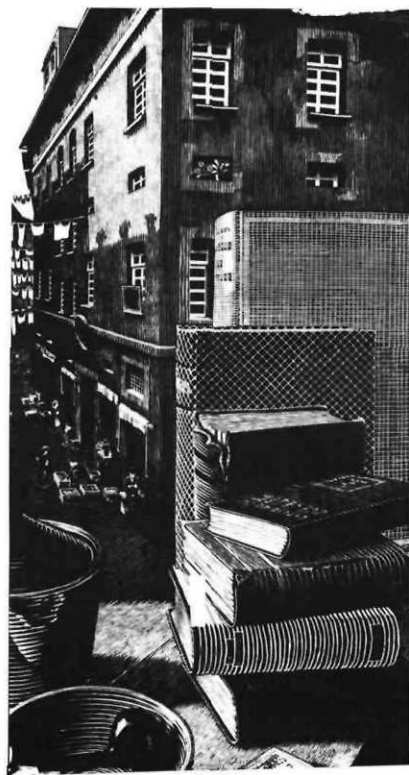
(Ej. n. 98).

**Objetivo:** reconocer a Jesús en todo

En la petición se expresa el objetivo de la meditación. En este caso consiste en pedir: *conocimiento interno de tanto bien recibido para que yo, enteramente reconociendo (que los hace Jesucristo) pueda en todo amarlo y servirlo.*

(Ej. n. 233).

El conocimiento interno es el conocimiento vivencial de Jesús y no el de la materialidad de las cosas recibidas. Lo específico de un regalo es expresar la benevolencia de quien lo hace. Todos los bienes que hemos recibido de Dios tienen carácter cristocéntrico y expresan su amor.







2. *La divina majestad* es un título solemne con que San Ignacio se refiere a Jesús en distintos momentos de los Ejercicios y no a un Dios etéreo y abstracto. (Ej.n. 98, 5,16,146, 147,155,289).

Durante los Ejercicios pedíamos amar más a Jesucristo; en esta ocasión pedimos amarlo en todo. En la segunda semana pedíamos conocer cada vez más al Verbo eterno encarnado para más servirlo y seguirlo (Ej. n. 130). ahora pedimos reconocerlo en todos los momentos y circunstancias de nuestra vida y en los dones que recibimos.

Podemos amar, seguir y servir a Dios solamente en el amor, el seguimiento y el servicio a Jesucristo en los demás en todo momento, en cualquier circunstancia y ayudanos por todas las cosas.

San Ignacio decía en una carta:

*Debemos, para cumplir con nuestro último fin,  
amar a Jesús, en todas las cosas  
y dirigir a el todo el peso de nuestro amor,  
porque lo merece mucho quien a todos ha creado,  
y a todos nos ha redimido,  
y a todos se nos da;  
y con razón quiere que nos entreguemos nosotros mismos  
quien tan enteramente se nos dio  
y quiere perpetuamente dárse nos.*

(M.I. Epp. I, 502).

**Primer punto:** trata de los dones de Jesucristo y de la respuesta del hombre.

*Traer a la memoria los beneficios recibidos de creación, redención,  
y dones particulares.* (Ej. n. 234).

Al recordar en conjunto los beneficios recibidos advertimos que no se trata de tres planes: creación, salvación, glorificación, sino de un solo y único plan salvífico. La creación está encaminada a la encarnación, y esta a la glorificación de Jesucristo, y por él a la glorificación del universo y a la participación de su gloria a todos los hombres.



El Padre es el principio del que procede todo absolutamente, incluido Jesucristo. Y Jesucristo es el Autor del mundo, el Creador, por medio de El, y para El obra el Padre. No al margen de El, ni paralelamente a El. Jesucristo es no solo la Palabra redentora, sino toda expresión del Padre: Palabra creadora, conservadora, redentora, salvadora y glorificadora. Es la expresión del infinito amor del Padre. San Juan dice que **Dios es amor** y que **el amor que Dios nos tiene se manifestó en que Dios envió al mundo a su Hijo único, para que vivamos por medio de El.** (I Jn. 4,8).

La encarnación es el momento cumbre de toda la Historia en relación interna con las distintas etapas, desde la creación del mundo hasta la participación plena de la gloria de Jesucristo. Desde el principio del proceso evolutivo todo se orienta a Jesucristo, como se orienta hacia el vértice la superficie de una pirámide.

a) *Los beneficios recibidos de creación* son los que cada uno de nosotros ha recibido con la vida. Todos esos que llamamos *dones naturales*, y que son un vínculo real con Jesucristo.

En otra carta decía San Ignacio:

*De Jesucristo nos viene el ser y la vida  
y todas las partes y perfecciones del alma y del cuerpo,  
que El da y conserva.* (M.I. Ep. I. 501).

En la Eucaristía decimos:

*"Por Cristo, por quien sigues creando todos los bienes, los santificas, los llenas de vida, los bendices y los repartes entre nosotros."*

La vida vivida es lo que une al hombre con Jesucristo. El es el autor y redentor. La vida humana es lo que tiene el hombre de divino y de sagrado.







3. *Jesucristo, quien nos ha hecho los dones particulares de salud y vida presente, nos concederá aquélla que es perpetua y sumamente feliz para la cual nos ha creado y vivificado con el precio de su sangre, y a la cual deben ordenarse todos los deseos de nuestro bien y del ajeno* (M.I. Epp. 8, 183).

Piensa en lo que significa para ti ver, oír, oler, gustar y tocar, caminar, tener salud, etc. Piensa en los que han nacido con algún impedimento; recuerda si alguna vez tú no has podido ver o caminar; porque nos damos cuenta de lo que es la salud, cuando estamos enfermos.<sup>3</sup>

**b) Los beneficios de la redención** nos ponen en una relación especial con Jesucristo porque el hombre no sólo es criatura de Dios, además es una referencia esencial y existencial a Jesús, y *vale la sangre y vida de Jesucristo, que costó.* (San Ignacio M.I. Epp 169, My. 1547).

**El que no escatimó a su propio Hijo ,  
sino que lo entregó por todos nosotros,  
¿cómo no va estar dispuesto a darnoslo todo  
juntamente con su Hijo?** (Rm. 8,32).

La revelación afirma que Dios ha querido ser la salvación para el hombre en la entrega de sí mismo y no sólo en los bienes creados; y ese don de Dios acontece en la historia de Jesús y en la historia del hombre que lo acepta. El mundo y la historia son medios en los que Jesús se sigue revelando como Creador y Redentor, como Señor y Amigo.

**C) Los beneficios particulares** son toda nuestra historia personal y única que revela el amor de Jesucristo y su deseo de salvarnos.

Yo puedo referirme a lo particular de tu vida desde lo diverso de la mía. Lo común es precisamente lo distinto de tu vida y de la mía. Y eso particular y distinto es el amor de Jesucristo especial para uno y otro. Todos tenemos la posibilidad de entender nuestra vida en términos de amor. Lo cual no quiere decir que falten momentos de muy difícil intelección.



La vida es lo que nos pasa. La vida es pasar. La vida es lo que nos ha pasado. Y también es "haber amado".

Es muy importante en la vida descubrir el signo de amor bajo el cual hemos nacido. Los beneficios particulares son todas esas cosas que te hacen a ti ser tú; son tus antepasados, tus padres, tus hermanos, tus cualidades, tus circunstancias y tu historia. Todo encierra un mensaje de amor particular para ti, si quieres escucharlo.

**Todo sucede para el bien de los que aman a Dios. (Rm. 8, 28).**

Dios nos manda que lo amemos, porque podemos captar su amor. Si su amor hacía nosotros no fuera una experiencia de vida no sería posible ni justo que Dios esperara de nosotros una respuesta.

**Debemos amar a Dios porque el nos amó primero. (I Jn. 4,19).**

*Ponderar cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí  
y cuanto me ha dado de lo que tiene,  
y consiguientemente el mismo Señor desea dárseme,  
en la medida en que yo lo acepte,  
según su proyecto divino. (Ej. n. 243).*

No se trata exclusivamente de un razonamiento o de una demostración que proceda lógicamente. Es una motivación ponderada que descubre e interpreta el significado más hondo de todas las cosas, de la historia, de la vida de Cristo y de la vida concreta de cada persona.

Al hablar de *cuánto ha hecho Dios nuestro Señor*, San Ignacio se refiere a la vida, pasión, muerte y resurrección de Jesucristo, que es lo que se ha venido contemplando a lo largo de los Ejercicios.<sup>4</sup>



4. La traducción al latín decía: *cuanto ha hecho y padecido el benignísimo Señor por mí*, con lo que se hace más clara la referencia a Jesucristo. (M.I. Ex. 1, 308).





El mismo Señor desea dárseme  
*como hermano, en la carne,*  
*como maestro y guía, en el Evangelio,*  
*como precio de nuestra salud, en la cruz,*  
*como mantenimiento y compañía de nuestra peregrinación,*  
*en la eucaristía,*  
*como premio, en la vida eterna. (M.I. Epp. 1, 495)*

El proyecto divino es el plan salvífico universal, que consiste en el designio de Dios de llevarlo todo a su plenitud a través de Jesucristo, y de darnos todo por su medio.<sup>5</sup>

La respuesta es la entrega personal en el amor, porque, como vimos en la segunda advertencia, *"el amor consiste en la comunicación de las personas"*.<sup>6</sup>

*Considerar lo que yo debo ofrecer y dar,*  
*a saber; todas mis cosas,*  
*y a mí mismo con ellas,*  
*con mucho afecto. (Ej. n. 234).*

Porque Dios se me ha dado en Jesús y Jesús se ha entregado por mí, es justo que yo me entregue a Dios entregándome a Jesús y a los demás.

Si todo lo hemos recibido de Jesús es justo que todo lo demos a Jesucristo; así nos disponemos a recibir mayores bienes. Dar es abrir el corazón para recibir; sobre todo cuando somos nosotros mismos los que nos damos y cuando es a Jesucristo a quien nos damos.

El afecto es un elemento muy importante en los Ejercicios y en la vida cristiana, porque sólo vale lo que se hace por amor (I Cor.13, 1s).

La generosidad de Cristo tiene como límite nuestra capacidad de recibir. El Señor no tiene más límites que los que nosotros le ponemos.

5. La versión latina hablaba también de decreto y beneplácito, que puede ser una referencia a la epístola a los efesios donde se nos habla del plan salvífico. (Ef. 1, 3-14).



San Ignacio habla de la memoria, el entendimiento y la voluntad para referirse a la totalidad de la persona y a sus más grandes valores. Lo que se ofrece es el hombre con toda su pobreza interna; es el hombre y su vida, porque cada quien es lo que ha vivido.

Cuando le entregamos a Cristo nuestra vida, libertad o entendimiento, no lo perdemos; por el contrario, más lo poseemos, al ser más conscientes y responsables de sus dones. Si nos dio la libertad es porque nos quiere cada vez más libres. (Ex. 3, 8s).

Se trata de entregar a Jesucristo lo que soy y tengo, en una actitud nacida no sólo de la razón, sino principalmente del corazón. El amor a Jesucristo es la plenitud de la respuesta al amor de Dios, manifestando poco a poco y cada vez más, a través de los profetas, y de forma definitiva e insuperable en Jesucristo. (Hb. 1, 1-2).

San Ignacio ha propuesto una contemplación donde el Señor resucitado examina a Pedro sobre el amor. Esta meditación sugiere que "examine" cada uno su amor y dé a la pregunta de Cristo: **¿Me amas más que estos?** una respuesta humilde, confiada y absoluta. (Ej. n. 306).

Al terminar la consideración de los beneficios recibidos San Ignacio propone esta oración:

*Toma, Señor, y recíbe  
toda mi libertad,  
mi memoria,  
mi entendimiento,  
y toda mi voluntad;  
cuanto soy y cuanto tengo,  
tú me lo has dado,  
a ti Señor te lo entrego.  
Todo es tuyo.  
Dispón de mí según tu voluntad.  
Dame solamente tu amor y tu gracia,  
y eso me basta.*

6. San Ignacio escribía a lo estudiantes de Coimbra, el 7 de mayo de 1547.

Lo que quisiera sobre todas las cosas es que los mueva solamente el amor a Jesucristo y el deseo de su honra y de la salvación de los hombres redimidos por él, pues son ustedes soldados suyos con especial título y recompensa en esta Compañía...

Recompensa suya es todo lo que ustedes son y tienen, pues les dio y conserva el ser y la vida, y todas las partes y perfecciones del alma y del cuerpo, y los bienes externos.

Son recompensa lo dones espirituales de su gracia....

Recompensa, los inestimables bienes de su gloria que les tiene preparada y prometida...

Recompensa es el universo entero y cuanto tiene...

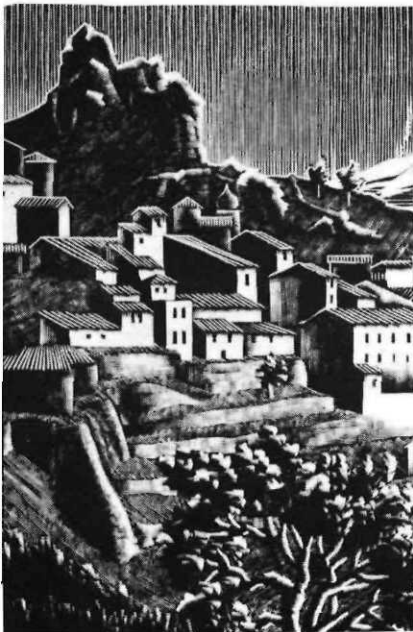
Y por si todo esto no bastara, se hizo recompensa a sí mismo.

Dándose por hermano en nuestra carne, por precio de nuestra salvación en la cruz, por mantenimiento y compañía en la eucaristía...

Quiso ser vendido por rescatarme, infamado por glorificarme, pobre por enriquecerme; murió de forma ignominiosa y de tormento por darnos la vida inmortal y bienaventurada.



*¡Qué ingrato y duro en extremo quien no se reconoce obligado a servir diligentemente y procurar la honra de Jesucristo! (M.I. Epp. I, 495s).*



7. En este caso "la gracia" de la que aquí habla San Ignacio tiene sentido dogmático y no bíblico.

*Dame tu amor y tu gracia que esto me basta.* Lo que se desea a cambio de la entrega personal es la satisfacción de amar y sentirse amado; esa es la mejor recompensa.<sup>7</sup>

**Crean en Dios, crean también en mí (Jn. 14,1);** y en la misma forma podemos decir que quien ama a Dios también debe amar a Jesucristo. El mandamiento que nos impulsa a amar a Dios con todo el corazón, con toda el alma y todas las fuerzas, nos manda también amar a Jesucristo de la misma manera. Más aún ese amor que es una vocación, es solamente posible cuando se ve a Dios en Jesucristo y a Jesucristo en los demás.

La gracia es una relación personal con Jesucristo. Es algo vivo que el hombre lleva dentro; es la vida de Jesucristo y por eso está en estrecha relación con Jesús de Nazaret muerto y resucitado por todos. La gracia es vida divina en nosotros, porque es la vida del Hijo de Dios hecho hombre. El amor y la gracia de Jesucristo son dos aspectos de una realidad: la vida de Cristo resucitado que continúa y se prolonga en los hombres como retoños de una única vid (Jn. 15,1s), o como miembros de un único cuerpo que tiene a Jesús resucitado como cabeza.<sup>7</sup> (Col. 1, 18; Ef. 1, 22; 5, 30).

**Segundo punto:** la presencia de Cristo en el mundo

Dios es un ser que existe y por eso da, produce y mantiene los seres existentes.

Dios es un ser vivo que da, produce y mantiene la vida.

Dios es un ser personal que da, produce y mantiene a las personas y se vincula con ellas.

El Dios del cosmos es un Dios de poca importancia si no es el Dios del universo personal.



El Dios de la revelación  
entabla relaciones personales; El es el  
Dios de Abraham, de Isaac y de Jacob y sobre  
todo, el Dios y Padre de Nuestro Señor Jesucristo,  
no es un ser aislado; tampoco se confunde  
con el mundo.

Es el Dios Creador presente en su obra.

Es el Dios salvador presente a su pueblo.  
Es Dios Padre presente a su Hijo amado antes  
de la creación del mundo.

Cuanto más se revela Dios, tanto más se hace  
presente a los suyos. Su presencia es espiritual  
y su amor es eterno.  
Su amor hace salir el sol y vivifica al hombre.  
Su presencia no es exclusiva de ninguna  
morada material.

En Jesucristo culmina la presencia única de  
Dios.  
Jesús es el Emmanuel, "Dios con nosotros"  
el Hijo de Dios vivo  
cuya presencia se revela a los pequeños.

Es la Palabra de Dios que habita entre nosotros,  
que pone su morada, que viene a su casa y a los  
suyos, que hace presente la gloria de su Padre.  
Su cuerpo es el templo.  
En El se haya la plenitud de la divinidad.

De muchas maneras está presente:  
en los que sufren, y en ellos quiere se servido;

(IP. 1,3; Hb. 1,5;  
Hch. 3,13; Ex 3,  
4-6).

(Sb. 11, 25; Rm. 1,  
20).  
(Ex. 19, 4s; 33,16)  
(Jn. 17, 24; 8, 29;  
Ef. 1, 4).

(Sb. 11, 24;  
Sal. 106, 1; 139).

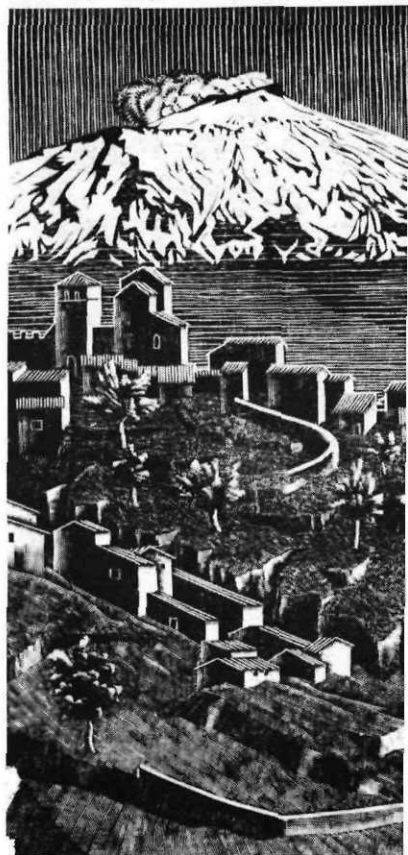
(Hch. 17, 25- 28).  
(I R. 8,28; Is.66,1).

(Hb. 1,1; Ga. 4,4;  
Rm. 1,2-3; Jn.1,14).  
(Mt. 1,21s).  
(Mt. 16,16).  
(Mt. 11,25s).

(Jn. 1,9s).

(Jn. 2,21; 1,14).  
(Ga. 2,9).

(Mt. 25, 40).







en los que proclaman su palabra, y en ellos  
quiere ser escuchado;  
está en los que se unen a orar en su nombre.  
Se identifica con los suyos, perseguidos

(Lc. 10, 16).

Vive en los que lo han recibido por la fe,  
en los que se alimentan con su cuerpo  
y beben su sangre,  
en los que anima su Espíritu  
y los vuelve templos de Dios

(Mt. 18, 20).

(Hc. 9,5).

(Ga. 2, 20; Ef. 3,7).

(I Co. 10,16s).

(Jn. 6, 56-63).

(Rm. 8, 9-14).

(I Co. 3, 16s; 6,19;

Ef. 2, 21).

(I Co. 12,12s).

(Jn. 14,19s).

y miembros de Cristo.

está en los discípulos como Dios está en El.

Los hace conscientes de su presencia para  
siempre.

(Mt. 28, 20)

Su presencia esta vinculada con su resurrección  
y con su señorío en el mundo.

(Mt. 28,18).

La comunión con Jesús implica el envío de su  
Espíritu; es necesario que se vaya para recibir  
la fuerza de su Espíritu.

(Jn. 16,28; 14,  
16s).

Por el amor a Jesucristo contamos con el amor  
del Padre,

(Jn. 14,23;17,  
23-26).

Y con la presencia y comunión del Hijo y de su  
Espíritu

(Jn. 14,15; I Jn.  
1,3; 3,14; 4,12).

Jesucristo está llamando continuamente a  
nuestra puerta, su presencia no es sensible,  
ni exclusiva de un pueblo,  
ni ligada a un lugar;  
es interior al creyente y al mundo.

(Ap. 3,20)

(Jn. 7,34)

(Col. 3,11)

(Jn. 4, 21)

(Ef. 3,17; Col. 1,17-  
19; 3,11; Hb.1.3).



*Mirar cómo Dios habita en las criaturas,  
en los elementos dando el ser,  
en las plantas vegetando,  
en los animales sensando,  
en el hombre dando entender.*

(Ej. n. 235).

Se da un vínculo real entre Jesús y todos los seres físicos y materiales. Por su encarnación Jesús se vinculó perpetuamente con el mundo. La realidad última del mundo, como medio en el que el hombre se desenvuelve, es un signo o sacramento en el que encontramos a Jesús. Entre el mundo físico e histórico y Jesús hay un relación real y recíproca. Solamente el Verbo, desde siempre, está remitido a la historia y a la realidad física, y por el contrario la materia y la vida están desde siempre remitidas a Cristo.

Dios no sólo es creador de lo que es distinto de El, sino que se da a eso que es diverso. El mundo recibe a Dios de tal manera que Dios se hace la vida interior del mundo, y el mundo puede ser sacramento del Dios vivo y por eso mismo sacramento de Jesús... En quien Dios tomó nuestra vida y nos dio la suya.

Para entender la relación que el mundo y la vida tienen con Jesús solamente hay que preguntárselo al mundo, a la vida y a Jesús.

-Le pregunté al campo qué relación tiene con Jesús,  
y los lirios florecieron  
Le pedí a un pajarillo que me hablara de él,  
y se puso a cantar.  
Le dije a Jesús que lo quería ver,  
y me encontré un niño llorando.

El mundo encierra un mensaje sobre Jesús que se puede escuchar solamente cuando, con anterioridad y en silencio, se ha oído el mensaje de Jesús.







Jesucristo es una realidad que palpita en todos los seres vivos. Es el que crea y el que conserva el mundo. A los diversos grados de ser corresponden diversos grados de presencia. El está presente en el mundo de forma gradual y progresiva. A las diversas formas de presencia corresponden diversos grados de acción, providencia, predilección y comunión.

Desde el principio Jesús vivía  
**en el estaba la vida** (Jn. 1,1s)  
 como en una semilla por germinar.

Cuanto ha sido hecho por El como Creador de la vida, es vida en El. San Ignacio escribía:

*Denos la (vida) interior el que es salud  
 y vida verdadera del mundo, Jesucristo,  
 Dios y Señor nuestro.* (M.I.v. 100 n. 111,pg.855).

Su influjo vital se hace vegetativo en las plantas, sensitivo en los animales, intelectual y espiritual en el hombre. En el hombre vive con una realidad más personal cuando este lo conoce, lo acepta, y lo ama libremente.

Si el hombre sale de si mismo y de sus intereses egoístas y atiende a los necesitados, encuentra en ellos a Jesús, aunque lo haga inadvertidamente (Mt. 25,35). Tanto más está presente para cada uno Jesucristo, cuando los demás son mas próximos o necesitados.

*Viviendo su vida y muriendo su propia muerte el hombre se acerca a Jesucristo como resurrección y vida (Cfr.Jn. 11,25). Esta vida que vivimos es una sombra de la vida verdadera que Cristo nos da. La vida temporal es un signo de la eterna.*

En la oración "alma de Cristo" hacemos alusión a la muerte como entrega absoluta, definitiva y última. Y Jesucristo aparece como la meta de la vida de todos los seres humanos.



*En la hora de mi muerte, llámame;  
y mándame ir a ti,  
para que con tus ángeles y santos,  
te alabe y te bendiga.*

Jesús está presente

*"al hacer al hombre templo de sí mismo,  
y al configurarlo a su imagen y semejanza".* (Ej. n. 235).

Para San Ireneo el hombre estaba hecho a imagen y semejanza de Jesucristo, que había de venir como segundo Adán. El hombre, ya desde el principio, tenía la vocación de reproducir cada vez más y mejor la imagen y semejanza de Jesús. Porque Jesús es la imagen de Dios invisible (Col. 1,15), el hombre está llamado a reproducir la imagen de Jesús (Rm. 8,29).

El hombre es el espejo donde se ha de reconocer a Jesús. Y las necesidades del hombre hacen más urgente el que Jesús sea reconocido y atendido en los más necesitados.

**Tercer punto:** Jesucristo está presente y activo en todas las cosas, principalmente en las personas.<sup>8</sup>

El objetivo de este tercer punto es advertir la presencia activa de Jesús, y llegar a vivir en una actitud contemplativa ante su actividad en todos los elementos y principalmente en las personas, de tal manera que vivir bajo su acción sea una experiencia de comunión en nuestro trabajo cotidiano. Jesús también *"está presente como quien trabaja"* (Ej. n. 236), principalmente en nuestro interior y en nuestro trabajo apostólico (Mc.16, 20).

**Mi Padre trabaja siempre y yo también trabajo.**

**(Jn. 5, 17).**



8. El texto de los Ejercicios que Fabro dejó en la cartuja de Colonia dice: Considerar a Jesús trabajando por mí en todas las cosas creadas sobre el haz de la tierra, es decir como quien trabaja causando en ellas el ser y conservándolas, vegetando, e infundiendo la capacidad de sentir, etc. (M.I. Ex. V. 100 pág. 489).

En opinión de San Ignacio, Fabro era el que mejor daba los Ejercicios. Fue también quien primero los hizo.



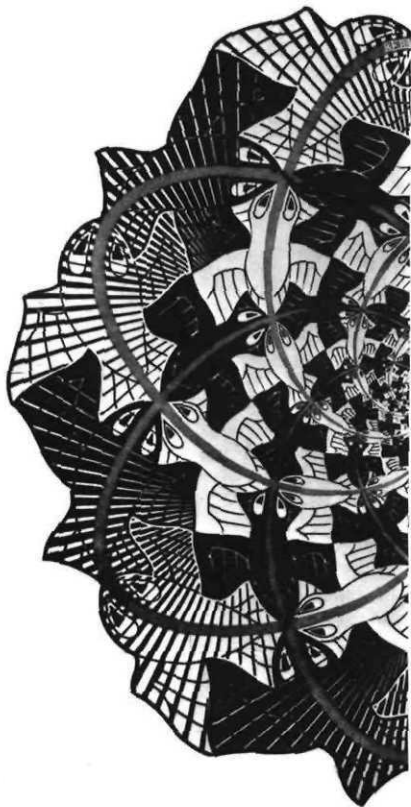
**En verdad, en verdad les digo; el Hijo no puede hacer nada por su cuenta, sino lo que ve hacer al Padre, eso lo hace también igualmente el Hijo. (Jn. 5,19).**

La presencia y actividad de Cristo es proporcional al grado de ser y actividad que les ha dado y les conserva a todas las cosas. Hay algo de Jesucristo en el último de los átomos, lo mismo que en la más grande de las estrellas.

*Está en los elementos dando el ser,  
en las plantas vegetando,  
en los animales sensando,  
en el hombre dando entender.*

Si debemos buscar a Jesucristo y hallarlo en la naturaleza y en todas las cosas, mucho más debemos encontrarlo en las personas, principalmente en aquellas que experimentan crisis. Jesús tuvo especial interés en hacerles comprender a sus discípulos que a El se le podía abrazar o despreciar en los pobres, en los enfermos, en los más necesitados, incluso en los pecadores, en los niños, en los que sufren persecución por la justicia y aun en aquellos que podían ser explícitamente los enemigos de Dios.

La presencia de Jesús en el mundo es una presencia en favor del hombre y por eso le podemos llamar también providencia. La providencia de Dios por el hombre se ha revelado y se lleva a cabo en la solicitud de Jesucristo por los hombres. Es una providencia de salvación que abarca a la persona en todos sus aspectos, desde los más insignificantes hasta los más importantes. La providencia de Jesucristo es el cuidado amoroso con que ordena todos los acontecimientos y todas las cosas para que las personas lleguen a conseguir, libremente y mediante su gracia, el fin para el que han sido creadas, es decir, la vida eterna.





Jesucristo obra en el hombre impulsándolo hacia adelante, dándole el ser y la vida, inspirándolo y haciéndolo capaz de obrar bien. Jesús está presente de forma especial donde actúa de forma especial.

Cada uno de nosotros es la persona a quien se dirige Jesucristo; es para El como único en el mundo. Más dispuesto a comprenderlo que lo que cada uno es capaz de comprenderse. Ante la propia vida, Jesucristo no es solamente el Creador y Juez, sino un Hermano y un Amigo.

Lo que Jesús hizo en favor de los hombres durante su vida temporal, lo sigue haciendo ahora con los que se acercan a El. El Evangelio está hecho no sólo para recordar lo que Jesús hizo, sino para anunciar lo que Jesús hace.

Jesús es para todos, en el momento presente,  
 agua viva, como lo fue para la samaritana,  
 luz, como lo fue para los gentiles,  
 liberador, para los endemoniados,  
 salvador, para los pecadores,  
 pastor, para los descarriados,  
 maestro, para todos los hombres,  
 amigo, para los discípulos,  
 salud, médico y medicina, para los enfermos,  
 pan de vida, para los que creen en El,  
 resurrección, para todos los que esperan la muerte.

Los padres de la Iglesia primitiva entendieron, a través de los milagros, que Jesús de Nazaret no sólo dio la salud a hombres particulares y concretos de su tiempo, sino que la sigue dando a todos los hombres. Jesús puede hacer que las piedras se conviertan en pan, porque tiene poder sobre la naturaleza, porque está presente en ella. La multiplicación de los panes les daba ocasión para hablar del poder creador permanente y continuo de Jesucristo.







9. San Agustín . Homilía 32 sobre Jn 3,1s.

10. J. Crisóstomo. Homilía 22 sobre Jn.

La conversión del agua en vino dio pie a San Agustín para instruir a su pueblo sobre Jesucristo, como quien sustenta todos los procesos naturales del mundo vegetativo.<sup>9</sup> La resurrección de los muertos tenía por objeto hacernos caer en la cuenta de que Jesús es el autor de la vida humana y quien la sostiene en todo momento. Con el lodo hecho de su saliva le da la vista al ciego de nacimiento, porque en el origen hizo al hombre de barro. Puede dar la vista a un ciego de nacimiento quien le dio todo lo demás desde su origen.<sup>10</sup>

**Cuarto punto:** De Jesucristo proceden todos los bienes.

*Mirar como todos los bienes y dones descienden de arriba (Ej.n.237).*

En la meditación de la ascensión se contemplaba a Jesucristo que iba hacia arriba (Ej. n 312). Juan dice que de su plenitud recibimos todos gracia por gracia (Jn. 1,16) y también,

**A donde yo voy, ustedes no pueden ir.  
Ustedes son de abajo, yo soy de arriba. (Jn. 8,23).**

La dinámica de este punto es descendente; se trata de ver cómo todas las cosas reproducen, a su manera, la imagen de Cristo, y participan de la plenitud que hay en él.

La fuente absolutamente original de todo amor, de todos los bienes y dones, es el Padre, que por Jesucristo y a través de él, es principio de todo bien para el mundo (St 1,17). Las cosas están preñadas del amor de Jesucristo. Es él quien se presenta vivo y activo en todas las cosas. El es el principio y fundamento de nuestra existencia y de la de los demás. Es la fuente viva de la interioridad de nuestro ser y de nuestras relaciones interpersonales.

Todas las cosas tienen una referencia esencial a Jesucristo; pero nada tanto como los hombres, principalmente los pobres, los enfermos,



los necesitados, los niños, los discípulos y apóstoles, hasta aquellos que de hecho se encuentran en pecado.

Es verdad que ni el mundo, ni los demás, ni nosotros somos como debemos ser: todo eso ha de llevarnos a reconocer en esa deficiencia la ausencia del Señor.

Es fácil adorar lo que es imponente, célebre o bello, pero es difícil alcanzar a ver aquello que esconde lo más pequeño, lo ordinario, lo vulgar, lo opaco.

Ser cristiano significa amar al mundo terreno sin llegar a ser su esclavo, vivir comprometido con la experiencia de lo temporal y en espera del Señor.

*"Todos los bienes y dones descienden de arriba,  
(de Jesucristo resucitado, sentado a la derecha del Padre).  
así como la medida potencial de la suma e infinita de  
arriba, y así la justicia, bondad, piedad, misericordia, etc.  
así como del sol descienden los rayos,  
y de la fuente las aguas, etc"* (Ej. n.237).

Que el hombre sea capaz de hacer algo, aunque sea poco, es participación del poder ilimitado de Jesús. El hombre es capaz de hacer algo porque Jesucristo es capaz de hacerlo todo.

En el actuar humano el hombre tiene una posibilidad (*potencia*) limitada (*medida*); no puede hacer todo cuanto el quiere. Es limitado pero también consciente de que algo puede realizar.

Yo puedo hacer algo por el bienestar del mundo, de los demás y de mi mismo. El que yo pueda hacer algo se debe a las posibilidades que me ha dado Jesucristo. Lo limitado de las posibilidades del ser humano queda referido a lo ilimitado de las posibilidades de Jesucristo resucitado.







Al reconocer y aceptar nuestros límites y los de la naturaleza y la historia, es decir, nuestra condición de criaturas, aceptamos también la divinidad de Dios creador. Gustar y amar lo que en el mundo hay de terreno y en el hombre de humano, significa gustar y amar lo que en Dios hay de divino.

Jesús no es solamente un modelo de vida humana; es la raíz de los valores de la vida de todo ser humano.

Por eso, todo crecimiento en humanidad, en solidaridad y hacia la justicia, la paz y la unidad, tiene como causa la voluntad y el quehacer salvífico de Jesús que mueve a los hombres hacia un mundo mejor.

*Jesús no es solamente, un ejemplo o un recuerdo de quien  
pasó haciendo el bien.* (Hch.10,38).

Jesús es un llamamiento y un imperativo de acción.

Creer en Jesús y no optar por el bien, la verdad, la justicia, la unidad, etc., Es lo mismo que no creer en El. Y al contrario; la opción por los valores humanos encierra, al menos implícitamente, la opción por Jesucristo; porque "la causa" de Jesucristo, por lo que vivió y murió, fue la causa de Dios y del hombre.

Para ilustrar cómo proceden de Jesús todos los bienes San Ignacio usa la siguiente comparación:

*como del sol descenden los rayos,  
de Jesucristo proceden todos los bienes.*<sup>11</sup>

El ver a Jesucristo como sol, como fuente de luz, es una imagen bíblica. Juan habla varias veces de Jesucristo como luz del mundo. (Jn.1,9; 3,19; 8,12; 12,46);

11. Por todo sea siempre bendito y alabado el Creador y Redentor nuestro, de cuya generosidad infinita brota todo bien y gracia; quiera él abrir cada día más la fuente de su misericordia, a fin de aumentar y llevar adelante lo que en sus almas ha comenzado.

(M.I Epp I,495s).



**La Jerusalén celestial, no tenía necesidad de sol y de luna que la iluminara, porque la gloria de Dios la iluminaba, y su luz era el Cordero. (Ap. 21,22).**

Al advertir "*cómo todos los dones y bienes vienen de arriba*", señalamos no solamente el origen, sino la participación de la plenitud de Jesucristo, que se refleja en las criaturas, de la misma manera que la fuerza y la calidad de la vid se refleja en el fruto del sarmiento.

Se sabe que el mundo encierra esa referencia a Jesucristo, no por un proceso de tipo racional, sino por una reflexión en la fe; el proceso no es ascendente, es decir, que a partir de las cosas creadas lleguemos a Jesucristo, sino descendente: a partir de Jesucristo llegamos a las cosas creadas; y las interpretamos a la luz de Jesucristo y de Evangelio. Viniendo de Jesucristo encontramos que el mundo habla de El; lo encontramos sustentando la unidad, la verdad, la actividad, la justicia, la piedad, la misericordia, etc. Parece que lo que hay en el mundo de bondad, de justicia, de vitalidad, esto es lo que el mundo tiene de Jesucristo. Solamente viniendo de El se puede llegar a El. Es necesario conocerlo para reconocerlo.

Jesucristo es el guía y la luz que iluminaba al hombre al hacerle sentir su voluntad, y con su ayuda, el hombre puede discernir lo que más conviene; El da su gracia para "*usar de las cosas cuanto conviene*"

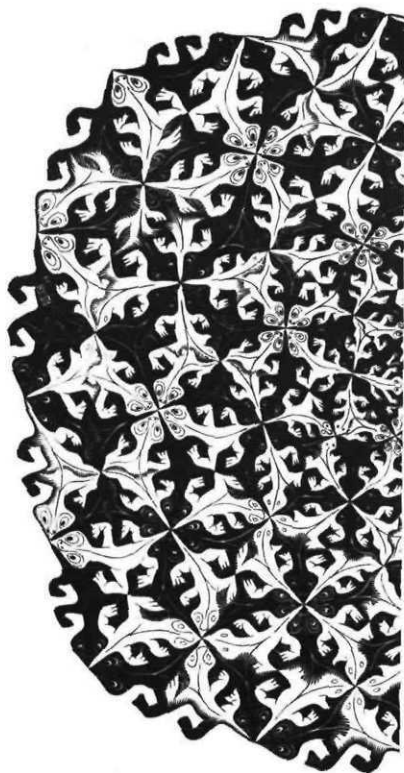
*De Jesucristo proceden todos los bienes,  
como de la fuente descienden las aguas.*

*Esta otra comparación usada por San Ignacio, sin ser una cita bíblica es eco de la Cristología del Evangelio de San Juan.*

A Jesucristo se le ve como fuente de la que brota toda clase de bien (Jn. 4, 14; 6,35).







**Yo soy el Alfa y la Omega,  
el Principio y el Fin;  
al que tenga sed, yo le daré gratuitamente  
del manantial del agua de la vida.**

**(Ap. 21,6).**

Todo el río de la creación no es sino el correr de la fuente  
que es Jesucristo.

**El que tenga sed, que se acerque, y el que quiera reciba  
gratuitamente agua de vida.**

**(Ap. 22,17).**

**Luego mostró el río de agua viva, brillante como el cristal  
que brotaba del trono de Dios y del Cordero.**

**(Ap. 22,1).**

A la samaritana le dice Jesús:

**Si conocieras el don de Dios, y quién es el que dice dame  
de beber, tú le habrías pedido a El, y El te habría dado agua  
viva... el que beba del agua que yo le dé, se convertirá en  
él en fuente de agua que brota para la vida eterna.**

**(Jn. 4,10s).**

Es admirable advertir que hay algo de Jesús en cada uno de nosotros.  
¿Podría yo saber qué es eso que hay en mí, que era de él, y ahora es  
mío? ¿Cuál es ese "A.D.N." que nos vincula tanto? Más aún, no sólo hay  
algo de Jesús en mí, sino todo él está en mí, como fue y como es.

**Yo en ellos y tú en mí.**

**(Jn. 17,23).**

**Que el amor con que tú me has amado esté en ellos  
y yo en ellos.**

**(Jn. 17,26).**



San Ignacio se refiere al secreto que encierran todas las cosas. Jesucristo las crea, las conserva, las redime y las gobierna con amorosa solicitud para el hombre.

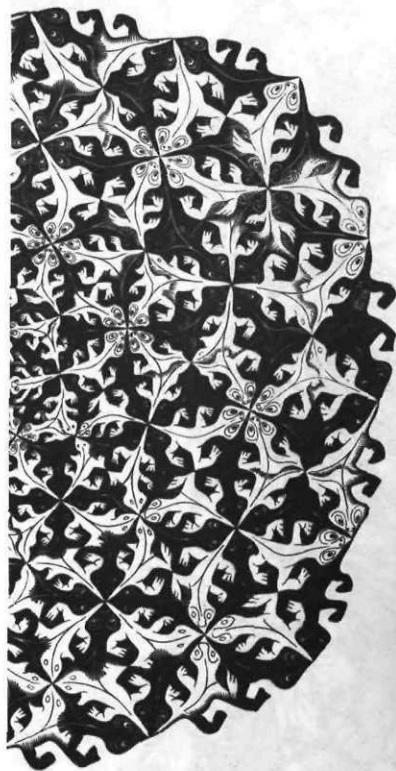
Se refiere también a las virtudes humanas porque Jesucristo se nos reveló no solamente como ejemplo, sino como autor y como quien lleva a su plenitud los valores humanos en cada uno de los hombres.

Quien no ha encontrado a Jesús en el Evangelio, tampoco lo encontrará en la vida; de la misma manera que quien no ha encontrado a Jesús en Dios, tampoco lo encontrará en el mundo.

### Coloquio

La meditación termina con un diálogo con Jesucristo. El discípulo, al igual que el maestro, abierto al mundo y a las realidades terrenas ha de interpretar el himno que canta el universo. San Ignacio sugiere una oración, la de Jesús, la que relaciona la fraternidad humana con la paternidad divina, y que debe hacer sentir como propias las necesidades de todos; el Padre nuestro.

**"Nosotros amemos,  
porque El nos amó primero  
Si alguno dice: "Amo a Dios"  
y aborrece a su hermano,  
es un mentiroso,  
pues quien no ama a su hermano  
a quien ve,  
no puede amar a Dios,  
a quien no ve.  
Y hemos recibido de El este mandamiento:  
quien ama a Dios,  
ame también a su hermano. (1Jn. 4, 20-21)**







La presencia y la acción de Dios en el mundo se dio en su grado máximo en la presencia y en la acción de Jesucristo, el cual, aun después de su muerte, sigue siendo aquel por el que Dios se hace presente hasta el fin de los tiempos. Desde la creación del mundo y a través de la revelación progresiva de Dios se escuchaba ya en los profetas la voz de Jesucristo. San Ireneo dice que por medio de los profetas el Verbo se fue habituando a comunicarse con los hombres. *"El Verbo ha anunciado por los profetas que Dios sería visto por los hombres, que conviviría y conversaría con ellos sobre la tierra y que estaría presente en la obra de arte moldeada por él, para salvarla y dejarse captar por ella y librarla de las manos de los adversarios..."*

(Ireneo, Ad. Haer. IV, 20,4).

La epístola a los hebreos también nos habla de este dinamismo de la revelación que llega a su plenitud en Jesucristo: *"De una manera fragmentaria y de muchos modos habló Dios en el pasado por medio de los profetas; en estos últimos tiempos nos ha hablado por medio del Hijo a quien instituyó heredero de todo, por quien también hizo los mudos..."*

(Hb 1, 1-4).

La presencia de Dios en Jesucristo no es un hecho que se reduce a 33 años de su historia solamente y que se puede limitar a un tiempo y espacio. La plenitud de su presencia constituyó la plenitud de la historia, y ésta queda esencial y salvíficamente relacionada con aquella. La presencia temporal de Jesús de Nazaret está igualmente relacionada con nuestra presencia particular y concreta. San Pablo veía una relación de pertenencia entre nuestra vida temporal y el Señor Jesús. (Rm 14,8).

Fijemos nuestra atención no solamente en la presencia de Dios realizada históricamente en Jesucristo, sino, además en la universal presencia divina actualizada continuamente por medio de él:

***Yo estoy con ustedes todos los días, hasta el fin del mundo. (Mt 28,0).***



## **De la misma serie:**

**INVITACION:** *¿Qué son y para que son los ejercicios de San Ignacio?*

**¿DÓNDE ÉSTAS?:** *Principio y fundamento de los ejercicios de San Ignacio.*

**CONVERSIÓN:** *Primer paso en el seguimiento de Jesús.*

**CONMIGO:** *Jesús y su llamamiento.*

**ENCARNACIÓN:** *¿Quién es Jesús y porqué es tan decisivo en la historia y en nuestra propia vida?*

**JESUCRISTO:** *¿Cómo dice el evangelio que era Jesucristo?*

**ELECCIÓN:** *¿Cómo hacer una buena elección de pareja, profesión y vida?*

**DOS BANDERAS:** *¿Para reconocer posiciones, para orientar la vida, para luchar en contra del enemigo.*

**TRES ACTITUDES:** *En búsqueda de la mejor manera de amar y seguir a Jesucristo.*

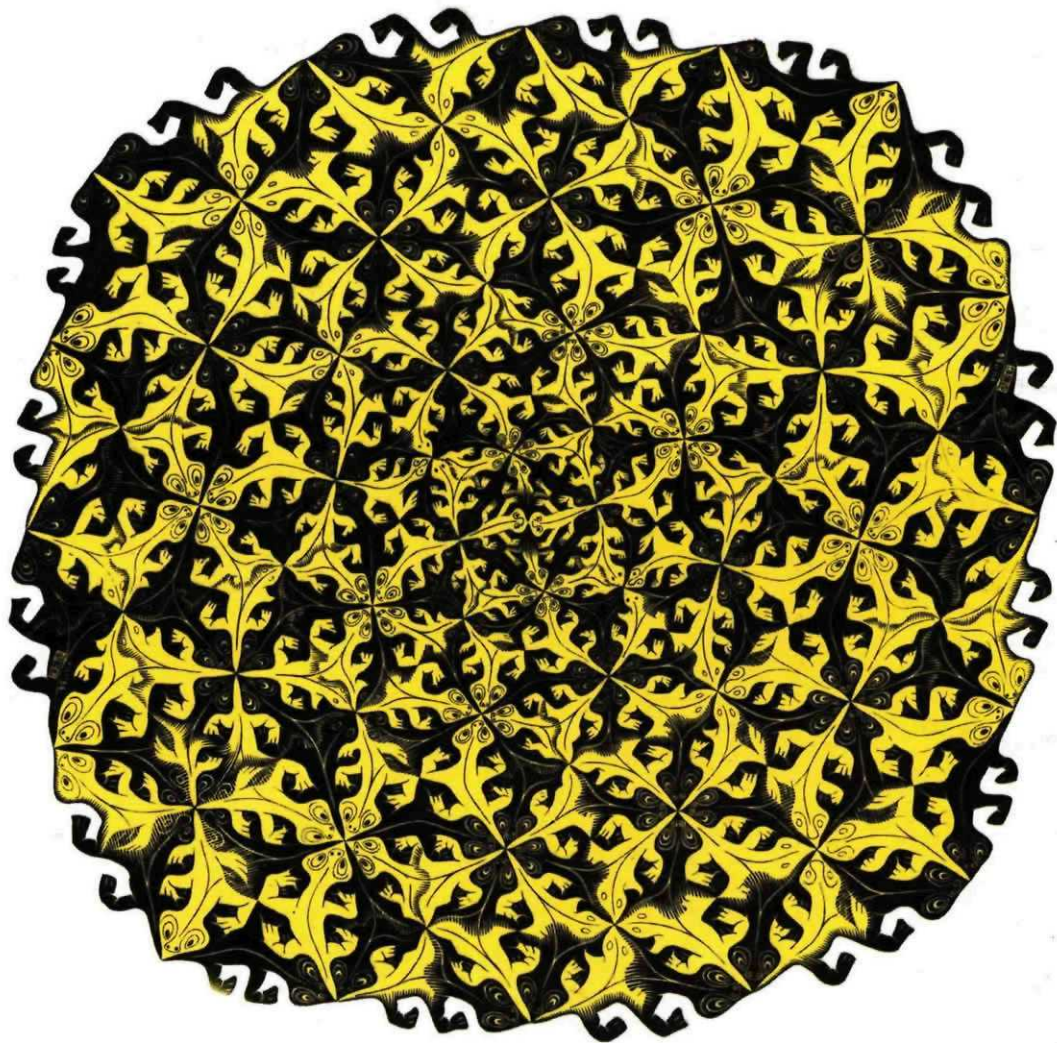
**PASIÓN:** *Un modo de seguir a Jesucristo en la pasión.*

**RESUCITÓ:** *Contemplaciones de la cuarta etapa de los ejercicios espirituales de San Ignacio.*

**PARA AMAR:** *¿Cómo llegar a encontrar y amar a Jesucristo en la vida ordinaria?*  
*Meditación final de los ejercicios de San Ignacio.*

**EJERCICIOS:** *Texto autógrafo de los ejercicios de San Ignacio.*









13

# ejercicios



san ignacio de loyola

ejercicios espirituales  
texto autógrafo

13  
**ejercicios**





Ignatius Ignatius de bono et pio  
Imo



# presentación

---

Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio son un tesoro para la Iglesia Universal. Valioso no tanto por su antigüedad de cuatrocientos años, ni tampoco por ser un manual de doctrina cristiana, ni siquiera por la originalidad de su método espiritual; sino por la experiencia que despiertan del encuentro con Dios en Jesús de Nazaret, y del encuentro con nosotros mismos, de frente a Jesús.

Entre los muchos valores que se pueden señalar descuella el cristocentrismo esencial de los Ejercicios y el personalismo en que se desarrollan todas las meditaciones y prácticas. El que Cristo determine la vida, corresponde a lo específico de la vida cristiana y Cristo es, al mismo tiempo, el centro de la Historia de la Salvación; el personalismo corresponde a la apropiación necesaria y libre que cada persona debe hacer de la Historia de la Salvación y del mensaje de Jesús.

La invitación de Jesús alcanza a cada uno con su propia historia. Con sus búsquedas, sus descubrimientos, sus amistades, sus relaciones, sus compromisos, incluso con sus deficiencias y pecados. Se nos invita a dejarnos guiar por Jesús en el camino de la vida; a encontrarlo en el corazón de la libertad, en donde se forjan las decisiones que van tejiendo la historia de cada uno.

Toda la fuerza de los Ejercicios consiste en vincular al ejercitante con lo que ha sido siempre la fe de la Iglesia y el mensaje más hondo del Evangelio: la respuesta personal y libre a su mensaje, el hacer de Jesucristo el centro que determina la vida personal. Sin esta apropiación personal del mensaje de Jesús, de su perdón, de su ejemplo, de su amor y de su gracia, los Ejercicios vendrían a ser un documento muerto.

El libro de los Ejercicios que aquí presentamos, en los puntos claves, es el mismo que fue escribiendo San Ignacio a través de su experiencia personal y de la práctica de dar Ejercicios. Este texto fue corregido por mano del mismo Santo. Y por eso suele llamarse texto autógrafo (Cfr. Monumenta Ignatiana v.I, Roma 1919).



# JHS

[1] **ANOTACIONES PARA TOMAR ALGUNA INTELIGENCIA EN LOS EJERCICIOS SPIRITUALES QUE SE SIGUEN, Y PARA AYUDARSE ASI EL QUE LOS HA DE DAR, COMO EL QUE LOS HA DE RESCIBIR.**

**1ª anotación.** La primera anotación es que, por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones según que adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales, por la misma manera todo modo de preparar y disponer el ánimo, para quitar de sí todas las afecciones desordenadas, y después de quitadas para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánimo, se llaman ejercicios espirituales.

[2] 2ª La segunda es, que la persona que da a otro modo y orden para meditar o contemplar, debe narrar fielmente la historia de la tal contemplación o meditación, discurriendo solamente por los puntos con breve o sumaria declaración; porque la persona que con-

templa, tomando el fundamento verdadero de la historia, discurriendo y raciocinando por sí mismo y hallando alguna cosa que haga un poco más declarar o sentir la historia, quier por la raciocinación propia, quier sea en quanto el entendimiento es ilustrado por la virtud divina; es de más gusto y fructo espiritual, que si el que da los ejercicios hubiese mucho declarado y ampliado el sentido de la historia; porque no el mucho saber harta y satisface al ánimo, más el sentir y gustar de las cosas internamente.

[3] 3ª La tercera: como en todos los ejercicios siguientes espirituales usamos de los actos del entendimiento discurriendo y de los de la voluntad afectando; advertamos que en los actos de la voluntad quando hablamos vocalmente o mentalmente con Dios nuestro Señor o con sus santos, se requiere de nuestra parte mayor reverencia que quando usamos del entendimiento entendiendo.

[4] 4ª La quarta: dado que para los ejercicios siguientes se toman quatro semanas, por corresponder a quatro partes en que se dividen los ejercicios; es a saber, a la primera, que es la consideración y contemplación de los pecados; la 2ª es la vida de Christo nuestro Señor hasta el día de ramos inclusive; la 3ª la passion de Christo nuestro Señor; la 4ª la resurrección y ascensión, poniendo tres modos de orar; tamen no se entienda que cada semana tenga de necesidad siete o ocho días en sí. Porque como acaesce que en la primera semana unos son más tardos para hallar lo que buscan, es a saber, contrición, dolor, lágrimas por sus pecados; asimismo como unos sean más diligentes que otros, y más agitados o probados de diversos spiritus;

requiérese algunas veces acortar la semana, y otras veces alargarla, y así en todas las otras semanas siguientes, buscando las cosas según la materia subiecta; pero poco más o menos se acabarán en treinta días.

[5] 5ª La quinta: al que rescibe los ejercicios, mucho aprovecha entrar en ellos con grande ánimo y liberalidad con su Criador y Señor, ofreciéndole todo su querer y libertad, para que su divina majestad, así de su persona como de todo lo que tiene, se sirva conforme a su sanctissima voluntad.

[6] 6ª La sexta: el que da los ejercicios, quando siente que al que se exercita no le vienen algunas mociones espirituales en su ánimo, así como consolaciones o dessolaciones, ni es agitado de varios spiritus, mucho le debe interrogar cerca los ejercicios, si los hace a sus tiempos destinados y cómo; asimismo de las adiciones, si con diligencia las hace pidiendo particularmente de cada cosa destas. Habla de consolación y dessolación, núm. [316] de adiciones, núm. [73].

[7] 7ª La séptima: el que da los ejercicios, si vee al que los rescibe, que esta desolado y tentado, no se haya con él duro ni desabrido, más blando y suave, dándole ánimo y fuerzas para adelante; y descubriéndole las astucias del enemigo de natura humana, y haciéndole preparar y disponer para la consolación ventura.

[8] 8ª La octava: el que da los ejercicios, según la necesidad que sintiere en el que los recibe, cerca de las dessolaciones y astucias del enemigo, y así de las consolaciones; podrá platicarle las reglas de la 1ª y 2ª semana, que son para conocer varios spiritus, núm. [313] y [328].



[9] 9ª La nona es de advertir, quando el que se exercita anda en los exercicios de la primera semana, si es persona que en cosas spirituales no haya sido versado, y si es tentado grosera y abiertamente, así como mostrando impedimentos para ir adelante en servicio de Dios nuestro Señor, como son trabajos, vergüenza y temor por la honra del mundo, etc.; el que da los exercicios, no le platique las reglas de varios spiritus de la 2ª semana; porque quanto le aprovecharán las de la 1ª semana, le dañarán las de la 2ª, por ser materia más subtil y más subida que podrá entender.

[10] 10ª La décima: quando el que da los exercicios siente al que los rescibe, que es batido y tentado debaxo de especie de bien, entonces es proprio de platicarle sobre las reglas de la 2ª semana ya dicha. Porque comúnmente el enemigo de natura humana tienta más debaxo de especie de bien, quando la persona se exercita en la vida iluminativa, que corresponde a los exercicios de la 2ª semana, y no tanto en la vida purgativa, que corresponde a los exercicios de la 1ª semana.

[11] 11ª La undécima: al que toma exercicios en la 1ª semana aprovecha que no sepa cosa alguna de lo que ha de hacer en la 2ª semana; mas que así trabaje en la 1ª, para alcanzar la cosa que busca, como si en la 2ª ninguna buena sperase hallar.

[12] 12ª La duodécima: el que da los exercicios, al que los rescibe ha de advertir mucho, que como en cada uno de los cinco exercicios o contemplaciones, que se harán cada día, ha de estar por una hora, así procure siempre

que el ánimo quede harto en pensar que ha estado una entera hora en el exercicio, y antes más que menos. Porque el enemigo no poco suele procurar de hacer acortar la hora de la tal contemplación, meditación o oración.

[13] 13ª La terdecima: asimismo es de advertir que, como en el tiempo de la consolación es fácil y leve estar en la contemplación la hora entera; así en el tiempo de la desolación y vencer las tentaciones, debe siempre estar alguna cosa más de la hora complida; porque no sólo se avece a resistir al adversario, mas aun a derrocallo.

[14] 14ª La quatuordécima: el que los da, si vee al que los rescibe que anda consolado y con mucho hervor, debe prevenir que no haga promessa ni voto alguno inconsiderado y precipitado; y quanto más le conosciere de ligera condición, tanto más le debe prevenir y admonir. Porque dado que justamente puede mover uno a otro a tomar religión, en la cual se entiende hacer voto de obediencia, pobreza y castidad; y dado que la buena obra que se hace con voto, es más meritoria que la que se hace sin él; mucho debe mirar la propia condición y subiecto, y quánta ayuda o estorbo podrá hallar en cumplir la cosa que quisiese prometer.

[15] 15ª La décimaquinta: el que da los exercicios no debe mover al que los rescibe más a pobreza ni a promessa, que a sus contrarios, ni a un estado o modo de vivir, que a otro. Porque dado que fuera de los exercicios lícita y meritoriamente podamos mover a todas personas, que probabilliter tengan su-

biecto para elegir continencia, virginidad, religión y toda manera de perfección evangélica; tamen en los tales exercicios spirituales más conveniente y mucho mejor es, buscando la divina voluntad, que el mismo Criador y Señor se communique a la su ánima devota abrazándola en su amor y alabanza, y disponiéndola por la vía que mejor podrá servirle adelante. De manera que el que los da no se decante ni se incline a la una parte ni a la otra; mas estando en medio como un peso dexe immediate obrar al Criador con la criatura, y a la criatura con su Criador y Señor.

[16] 16ª La décimasexta: para lo qual, es a saber, para que el Criador y Señor obre más ciertamente en la su criatura, si por ventura la tal ánima está afectada y inclinada a una cosa desordenadamente, muy conveniente es moverse, poniendo todas sus fuerzas, para venir al contrario de lo que está mal afectada; así como si está afectada para buscar y haber un officio o beneficio, no por el honor y gloria de Dios nuestro Señor ni por la salud espiritual de las ánimas, mas por sus propios provechos y intereses temporales, debe afectar-se al contrario, instando en oraciones y otros exercicios spirituales, y pidiendo a Dios nuestro Señor el contrario, es a saber, que ni quiere el tal officio o beneficio ni otra cosa alguna, si su divina majestad, ordenando sus deseos, no le mudare su afección primera. De manera que la causa de desear o tener una cosa o otra, sea sólo servicio, honra y gloria de la su divina majestad.

[17] 17ª La décimaséptima: mucho aprovecha, el que da los exercicios, no queriendo pedir ni saber los propios pensamientos ni pecados del que los rescibe, ser informado



fielmente de las varias agitaciones y pensamientos, que los varios spiritus le traen; porque según el mayor o menor provecho le puede dar algunos espirituales ejercicios convenientes y conformes a la necesidad de la tal ánima así agitada.

[18] 18ª La décimaoctava: según la disposición de las personas que quieren tomar ejercicios espirituales, es a saber, según que tienen edad, letras o ingenio, se han de aplicar los tales ejercicios; porque no se den a quien es rudo o de poca complisión cosas que no pueda descansadamente llevar, y aprovecharse con ellas. *Assimismo según que se quisieren disponer, se debe de dar a cada uno, porque más se pueda ayudar y aprovechar.* Por tanto, al que se quiere ayudar para se instruir y para llegar hasta cierto grado de contentar a su ánima, se puede dar el examen particular, núm. [24] y después el examen general, núm. [32] juntamente por media hora a la mañana el modo de orar sobre los mandamientos, peccados mortales, etc., núm. [238] comendándole también la confesión de sus peccados de ocho en ocho días, y si puede tomar el sacramento de quince en quince, y si se afecta mejor de ocho en ocho. Esta manera es más propia para personas más rudas o sin letras, declarándoles cada mandamiento, y así de los peccados mortales, preceptos de la Iglesia, cinco sentidos y obras de misericordia. Ansimesmo, si el que da los ejercicios viere al que los recibe ser de poco subiecto o de poca capacidad natural, de quien no se espera mucho fruto; más conveniente es darle algunos desto ejercicios leves hasta que se confiese de sus peccados; y después dándole algunos exámenes de conciencia, y orden de confesar más a menudo que solía,

para se conservar en lo que ha ganado, no proceder adelante en materias de elección, ni en otros algunos ejercicios, que están fuera de la primera semana; mayormente quando en otros se puede hacer mayor provecho faltando tiempo para todo.

[19] 19ª La diecinueve: al que estuviere embarazado en cosas públicas o negocios convenientes, quier letrado o ingenioso, tomando una hora y media para se exercitar, platicándole para qué es el hombre criado, se le puede dar asimismo por spacio de media hora el examen particular, y después el mismo general y modo de confesar y tomar el sacramento, haciendo tres días cada mañana por spacio de una hora, la meditación del 1º, 2º y 3º peccado, núm. [45], después otros tres días a la misma hora la meditación del proceso de los peccados, núm. [55], después por otros tres días a la misma hora haga de las penas que corresponden a los peccados, núm. [65] dándole en todas tres meditaciones, las diez adiciones, número [73]. llevando el mismo discurso por los misterios de Christo nuestro Señor, que adelante y a la larga en los mismos Ejercicios se declara.

[20] 20ª la vigéssima: al que es más desembarazado y que en todo lo possible desea aprovechar, dênsele todos los ejercicios espirituales por la misma orden que proceden, en los cuales por vía ordenada tanto más se aprovechará, quanto más se apartare de todos amigos y conocidos y de toda solicitud terrena; así como mudándose de la casa donde moraba, y tomando otra casa o cámara para habitar en ella, quanto más secretamente pudiere; de manera que en su mano sea ir

cada día a missa y a visperas, sin temor que sus conocidos le hagan impedimento. Del qual apartamiento se siguen tres provechos principales, entre otros muchos: el primero es, que en apartarse hombre de muchos amigos y conocidos, y asimismo de muchos negocios no bien ordenados, por servir y alabar a Dios nuestro Señor, no poco meresce delante su divina majestad; el segundo, estando así apartado no teniendo el entendimiento partido en muchas cosas, mas poniendo todo el cuidado en sola una, es a saber, en servir a su Criador, y aprovechar a su propia ánima; usa de sus potencias naturales más libremente, para buscar con diligencia lo que tanto desea; el tercero, quanto más nuestra ánima se halla sola y apartada, se hace más apta para se acercar y llegar a su Criador y Señor; y quanto más así se allega, más se dispone para rescibir gracias y dones de la su divina y suma bondad.

[21] **E**JERCICIOS SPIRITUALES PARA VENCER A SI MISMO Y ORDENAR SU VIDA, SIN DETERMINARSE POR AFEECCION ALGUNA QUE DESORDENADA SEA.

#### [PROSUPUESTO]

[22] Para que así el que da los ejercicios espirituales como el que los rescibe, más se ayuden y se aprovechen: se ha de presuponer, que todo buen christiano ha de ser más *prompto a salvar la proposición del próximo*, que a condenarla; y si no la puede salvar, inquiera cómo la entiende, y si mal la entiende, corrijale con amor; y si no basta, busque todos los medios convenientes para que, bien entendiéndola, se salve.



## PRIMERA SEMANA

### [23] PRINCIPIO Y FUNDAMENTO.

El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y mediante esto salvar su ánima; y las otras cosas sobre la haz de la tierra son criadas para el hombre, y para que le ayuden en la prosecución del fin para que es criado. De donde se sigue, que el hombre tanto ha de usar dellas, quanto le ayudan para su fin, y tanto debe quitarse dellas, quanto para ello le impiden. Por lo qual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas criadas, en todo lo que es concedido a la libertad de nuestro libre albedrío, y no le está prohibido; en tal manera que no queramos de nuestra parte más salud que enfermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta, y por consiguiente en todo lo demás; solamente deseando y eligiendo lo que más nos conduce para el fin que somos criados.

### [24] EXAMEN PARTICULAR Y COTIDIANO: CONTIENE EN SI TRES TIEMPOS Y DOS VECES EXAMINARSE.

El primer tiempo es, que a la mañana luego en levantándose, debe el hombre proponer de guardarse con diligencia de aquel pecado particular o defecto, que se quiere corregir y enmendar.

[25] El segundo, después de comer, pedir a Dios nuestro Señor lo que hombre quiere, es a saber, gracia para acordarse cuántas veces ha caído en aquel pecado particular o defecto, y para se emendar adelante, y conseqüenter haga el primer examen demandando cuenta a su ánima de aquella cosa propósita y particular de la qual se quiere corregir y emendar discuriendo de hora en hora o de tiempo en tiempo, comenzando desde la hora que se levantó hasta la hora y punto del examen presente; y haga en la primera línea de la g = tantos puntos quantos ha incurrido

en aquel pecado particular o defecto; y después proponga de nuevo de emendarse hasta el segundo examen que hará.

[26] El tercero tiempo, después de cenar se hará el 2º examen asimismo de hora en hora, comenzando desde el primer examen hasta el 2º presente, y haga en la 2ª línea de la misma g = tantos puntos quantas veces ha incurrido en aquel particular pecado o defecto.

### [27] SIGUENSE CUATRO ADICIONES PARA MAS PRESTO QUITAR AQUEL PECADO O DEFECTO PARTICULAR.

1ª **adición.** La primera adición es que cada vez que el hombre cae en aquel pecado o defecto particular, ponga la mano en el pecho, doliéndose de haber caído; lo que se puede hacer aun delante de muchos, sin que sientan lo que hace.

[28] 2ª La 2ª: como la primera línea de la g = significa el primer examen, y la 2ª línea el 2º examen, mire a la noche si hay enmienda de la primera línea a la 2ª, es a saber, del primer examen al 2º.

[29] 3ª La 3ª: conferir el segundo día con el primero, es a saber, los dos exámenes del día presente, con los otros dos exámenes del día pasado y mirar si de un día para otro se ha enmestado.

[30] 4ª La 4ª adición: conferir una semana con otra, y mirar si se ha enmestado en la semana presente de la primera pasada.

[31] **Nota.** Es de notar que la primera g = grande que se sigue significa el domingo; la segunda más pequeña el lunes; la tercera, el martes, y así conseqüenter.





## [32] EXAMEN GENERAL DE CONSCIENCIA PARA LIMPIARSE Y PARA MEJOR SE CONFESAR.

Presupongo ser tres pensamientos en mí, es a saber, uno *proprio mío*, el qual sale de mi mera libertad y querer; y otros dos que vienen de fuera, el uno que viene del buen espíritu y el otro del malo.

## [33] DEL PENSAMIENTO.

1ª Hay dos maneras de merecer en el mal pensamiento que viene de fuera, verbigracia, viene un pensamiento de cometer un pecado mortal, al qual pensamiento resisto impromptu y queda vencido.

[34] 2ª La segunda manera de merescer es, quando me viene aquel mismo mal pensamiento, y yo le resisto, y tórname a venir otra y otra vez, y yo siempre resisto, hasta que el pensamiento va vencido; y esta segunda manera es de más merescer que la primera.

[35] Venialmente se peca, quando el mismo pensamiento de pecar mortalmente viene, y el hombre le da oído haciendo alguna mórula o rescibiendo alguna delectación sensual, o donde haya alguna negligencia en lanzar al tal pensamiento.

[36] 1ª Hay dos maneras de pecar mortalmente: la primera es quando el hombre da consentimiento al mal pensamiento, para obrar luego así como ha consentido, o para poner en obra si pudiese.

[37] 2ª La segunda manera de pecar mortalmente es quando se pone en acto aquel pecado, y es mayor por tres razones: la primera por mayor tiempo, la segunda por mayor intención, la tercera por mayor daño de las dos personas.

## [38] DE LA PALABRA.

No jurar ni por Criador ni por criatura, si no fuere con verdad, necesidad y reverencia, necesidad entiendo, no quando se afirma con juramento cualquier verdad, mas quando es de algún momento cerca el provecho del ánima o del cuerpo o de bienes temporales. Entiendo reverencia quando en el nombrar de su Criador y Señor, considerando, acata aquel honor y reverencia debida.

[39] Es de advertir que dado que en el vano juramento peccamos más jurando por el Criador que por la criatura, es más difícil jurar debidamente con verdad, necesidad y reverencia por la criatura que por el Criador, por las razones siguientes:

1ª La primera: quando nosotros queremos jurar por alguna criatura, en aquel querer nombrar la criatura no nos hace ser tan atentos ni advertidos para decir la verdad o para afirmarla con necesidad como en el querer nombrar al Señor y Criador de todas las cosas.

2ª La segunda es que en el jurar por la criatura no tan fácil es de hacer reverencia y acatamiento al Criador, como jurando y nombrando al mismo Criador y Señor; porque el querer nombrar a Dios nuestro Señor trae consigo más acatamiento y reverencia que el querer nombrar la cosa criada; por tanto, es más concedido a los perfectos jurar por la criatura que a los imperfectos; porque los perfectos, por la assidua contemplación y iluminación del entendimiento consideran, meditan y contemplan más ser Dios nuestro Señor en cada criatura según su propia essencia, presencia y potencia; y así en jurar por la criatura son más aptos y dispuestos para hacer acatamiento y reverencia a su

Criador y Señor, que los imperfectos.

3ª La tercera es, que en el assiduo por jurar por la criatura, se ha de temer más la idolatría en los imperfectos que en los perfectos.

[40] No decir palabra ociosa, la qual entiendo, quando ni a mí ni a otro aprovecha, ni a tal intención se ordena. De suerte que en hablar para todo lo que es provecho, o es intención de aprovechar al ánima propia o agena, al cuerpo o a bienes temporales, nunca es ocioso; ni por hablar alguno en cosas que son fuera de su estado, así como si un religioso habla de guerras o mercancías. Mas en todo lo que está dicho hay mérito en bien ordenar, y peccado en el mal enderezar o en vanamente hablar.

[41] No decir cosa de infamar o murmurar; porque si descubro peccado mortal, que no sea público, pecco mortalmente; si venial, venialmente; y si defecto, muestro defecto propio; y siendo la intención sana, de dos maneras se puede hablar del peccado o falta de otro.

1ª manera. La primera: quando el pecado es público, así como de una meretriz pública, y de una sentencia dada en juicio o de un público error que inficiona las ánimas que conversa.

2ª Segundo, quando el pecado cubierto se descubre a alguna persona para que ayude al que está en pecado a levantarle, teniendo tamen algunas coniecturas o razones probables que le podrá ayudar.



## [42] DE LA OBRA.

Tomando por objeto los diez mandamientos y los preceptos de la Iglesia y comendaciones de los superiores; todo lo que se pone en obra contra alguna destas tres partes, según mayor o menor calidad, es mayor o menor pecado. Entiendo comendaciones de superiores, así como bulas de cruzadas y otras indulgencias, como por paces, confessando y tomando el santísimo sacramento; porque no poco se peca entonces, en ser causa o en hacer contra tan pías exhortaciones y comendaciones de nuestros mayores.

## [43] MODO DE HACER EL EXAMEN GENERAL, Y CONTIENE EN SI CINCO PUNTOS

1º **punto.** El primer punto es dar gracias a Dios nuestro Señor por los beneficios rescibidos.

2º El 2º: perder gracia para conocer los pecados y lanzallos.

3º el 3º demandar cuenta al ánima: desde la hora que se levantó hasta el examen presente de hora en hora, o de tiempo en tiempo; y primero del pensamiento, y después de la palabra y después de la obra, por la misma orden que se dio en el examen particular.

4º El 4º: pedir perdón a Dios nuestro Señor de las faltas.

5º El 5º: proponer enmienda con su gracia. Pater noster.

## [44] CONFESION GENERAL CON LA COMUNION

En la general confesión, para quien voluntarie la quisiere hacer entre otros muchos, se hallarán tres provechos para aquí.

1º El primero: dado que quien cada un año se confiesa, no sea obligado de hacer confesión general, haciéndola hay mayor provecho y mérito, por el mayor dolor actual de todos pecados y malicias de toda su vida.

2º El segundo: como en los tales ejercicios espirituales se conocen más interiormente los

pecados y la malicia dellos, que en el tiempo que el hombre no se daba así a las cosas internas, alcanzando agora más conocimiento y dolor dellos, habrá mayor provecho y mérito que antes hubiera.

3º El tercero es consequenter que estando más bien confessado y dispuesto, se halla más apto y más aparejado para rescibir el santísimo sacramento, cuya recepción no solamente ayuda para que no caya en pecado, mas aun para conservar en aumento de gracia; la cual confesión general se hará mejor inmediatamente después de los ejercicios de la primera semana.

## [45] PRIMERO EXERCICIO ES MEDITACION CON LAS TRES POTENCIAS SOBRE EL 1º, 2º Y 3º PECADO; CONTIENE EN SI, DESPUES DE UNA ORACION PREPARATORIA Y DOS PREAMBULOS, TRES PUNTOS PRINCIPALES Y UN COLOQUIO

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

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

[48] 2º **preámbulo.** El segundo es demandar a Dios nuestro Señor lo que quiero y deseo. La demanda ha de ser según subiecta materia, es a saber,





si la contemplación es de resurrección, demandar gozo con Christo gozoso; si es de pasión, demandar pena, lágrimas y tormento con Christo atormentado. Aquí será demandar vergüenza y confusión de mí mismo, viendo cuántos han sido dañados por un solo peccado mortal, y cuántas veces yo merecía ser condenado para siempre por mis tantos peccados.

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

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

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

[52] 3º **puncto.** El tercero: asimismo hacer otro tanto sobre el tercero pecado particular de cada uno que por un pecado mortal es ido al infierno,



y otros muchos sin cuento por menos pecados que yo he hecho. Digo hacer otro tanto sobre el 3º pecado particular, trayendo a la memoria la gravedad y malicia del pecado contra su Criador y Señor, discurrir con el entendimiento, cómo en el pecar y hacer contra la bondad infinita justamente ha sido condenado para siempre, y acabar con la voluntad como está dicho.

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

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

[55] **S**EGUNDO EXERCICIO ES MEDITACION DE LOS PECADOS, Y CONTIENE EN SI DESPUES DE LA ORACION PREPARATORIA Y DOS PREAMBULOS, CINCO PUNTOS Y UN COLOQUIO.

**Oración.** Oración preparatoria sea la misma.

**1º preámbulo.** El primer preámbulo será la misma composición.

**2º preámbulo.** El segundo es demandar lo que quiero; será aquí pedir crescido y intenso dolor y lágrimas de mis pecados.

[56] **1º punto.** El primer punto es el processo de los pecados; es a saber, traer a la memoria todos los pecados de la vida, mirando de año en año o de tiempo en tiempo; para lo cual aprovechan tres cosas: la primera, mirar el lugar y la casa adonde he habitado; la segunda, la conversación que he tenido con otros, la tercera, el officio en que he vivido.

[57] **2º punto.** El segundo: ponderar los pecados mirando la fealdad y la malicia que cada pecado mortal cometido tiene en sí, dado que no fuese vedado.





[58] **3º punto.** El tercero: mirar quién soy yo disminuyéndome por ejemplos: primero, cuánto soy yo en comparación de todos los hombres; 2º, qué cosa son los hombres en comparación de todos los ángeles y santos del paraíso; 3º mirar qué cosa es todo lo criado en compración de Dios: pues yo solo ¿qué puedo ser?; 4º mirar toda mi corrupción y fealdad corpórea; 5º mirarme como una llaga y postema de donde han salido tantos pecados y tantas maldades y ponzoña tan turpísima.

[59] **4º punto.** El cuarto: considerar quién es Dios, contra quién he pecado, según sus atributos, comparándolos a sus contrarios en mí: su sapiencia a mi inorancia, su omnipotencia a mi flaqueza, su justicia a mi iniquidad, su bondad a mi malicia.

[60] **5º punto.** El quinto: exclamación admirative con crecido afecto, discurrendo por todas las criaturas, cómo me han dexado en vida y conservado en ella; los ángeles como sean cuchillo de la justicia divina, cómo me han sufrido y guardado y rogado por mí; los santos cómo han sido en interceder y rogar por mí, y los cielos, sol, luna, estrellas y elementos, frutos, aves, peces y animales; y la tierra cómo no se ha abierto para sorberme, criando nuevos infiernos para siempre penar en ellos.

[61] **Coloquio.** Acabar con un coloquio de misericordia, razonando y dando gracias a Dios nuestro Señor, porque me ha dado vida hasta agora, proponiendo enmienda con su gracia para adelante. Pater noster.

## T [62] TERCERO EJERCICIO ES REPETICIÓN DEL 1º Y 2º EJERCICIO HACIENDO TRES COLOQUIOS.

Después de la oración preparatoria y dos preámbulos, será repetir el primero y segundo ejercicio, notando y haciendo pausa en los puntos que he sentido mayor consolación o desolación o mayor sentimiento espiritual, después de lo cual haré tres coloquios de la manera que sigue:

[63] **1º coloquio.** El primer coloquio a Nuestra Señora, para que me alcance gracia de su Hijo y Señor para tres cosas: la primera, para que sienta interno conocimiento de mis pecados y aborrecimiento dellos; la 2ª para que sienta el dessorden de mis operaciones, para que, aborresciendo, me enmiende y me ordene; la 3ª pedir conocimiento del mundo, para que aborresciendo, aparte de mí las cosas mundanas y vanas, y con esto un Avemaría.

**2º coloquio.** El segundo, otro tanto al Hijo, para que me alcance del Padre, y con esto el Anima Christi.

**3º coloquio.** El tercer coloquio, otro tanto al Padre, para que el mismo Señor eterno me lo conceda, y con esto un Pater noster.

## C [64] CUARTO EJERCICIO ES RESUMIENDO ESTE MISMO TERCERO

Dixe resumiendo, porque el entendimiento sin divagar discorra assiduamente por la reminiscencia de las cosas contempladas en los ejercicios passados, y haciendo los mismos tres coloquios.

## Q [65] QUINTO EJERCICIO ES MEDITACIÓN DEL INFIERNO: CONTIENE EN SÍ, DESPUES DE LA ORACION PREPARATORIA Y DOS PREÁMBULOS, CINCO PUNTOS Y UN COLOQUIO.

**Oración.** La oración preparatoria sea la siguiente.

**1º preámbulo.** El primer preámbulo composición, que es aquí ver con la vista de la imaginación la longura, anchura y profundidad del infierno.

**2º preámbulo.** El segundo, demandar lo que quiero: será aquí pedir interno sentimiento de la pena que padescen los dañados, para que si del amor del Señor eterno me olvidare por mis faltas, a lo menos el temor de las penas me ayude para no venir en pecado.

[66] **1º punto.** El primer punto será ver con la vista de la imaginación los grandes fuegos, y las ánimas como en cuerpos igneos.

[67] **2º:** oír con las orejas llantos, alaridos, voces, blasfemias contra Christo nuestro Señor y contra todos sus santos.

[68] **3º El 3º:** oler con el olfato humo, piedra azufre, sentina y cosas pútridas.

[69] **4º El 4º:** gustar con el gusto cosas



amargas, así como lágrimas, tristeza y el verme de la consciencia.

[70] 5ª El 5º: tocar con el tacto, es a saber, cómo los fuegos tocan y abrazan las ánimas.

[71] **Coloquio.** Haciendo un coloquio a Christo nuestro Señor, traer a la memoria las ánimas que están en el infierno, unas porque no creyeron el advenimiento; otras, creyendo, no obraron según sus mandamientos, haciendo tres partes:

1ª parte. La 1ª antes del advenimiento;

2ª La 2ª en su vida;

3ª La 3ª después de su vida en este mundo; y con esto darle gracias, porque no me ha dexado caer en ninguna destas acabando mi vida. Asimismo, cómo hasta agora siempre ha tenido de mi tanta piedad y misericordia, acabando con un Pater noster.

[72] **Nota.** El primer ejercicio se hará a la media noche; el 2º luego en levantándose a la mañana; el 3º antes o después de la misa, finalmente que sea antes de comer; el 4º a la hora de vísperas; el 5º una hora antes de cenar. Esta repetición de horas, más o menos, siempre entiendo en todas las quatro semanas; según la edad, disposición y temperatura ayuda a la persona que se exercita, para hacer los cinco ejercicios o menos.

## [73] **ADDITIONES PARA MEJOR HACER LOS EJERCICIOS Y PARA MEJOR HALLAR LO QUE DESEA.**

1ª **addición.** La primera addición es, después de acostado, ya que me quiera dormir, por espacio de un Avenaria, pensar a la hora que me tengo de levantar y a qué, resumiendo el ejercicio que tengo de hacer.

[74] 2ª **addición.** La 2ª: quando me despertar, no dando lugar a unos pensamientos ni a otros, advertir luego a lo que voy a contemplar en el primer ejercicio de la media noche, trayéndome en confusión de mis tantos pecados, poniendo exemplos, así como si un caballero se hallase delante de su rey y de toda su corte, avergonzado y confundido en haberle mucho ofendido, de quien primero recibió muchos dones y muchas mercedes; asimismo en el 2º ejercicio haciéndome peccador grande y encadenado, es a saber, que voy atado como en cadenas a parescer delante del sumo juez eterno, trayendo en exemplo cómo los encarcerados y encadenados ya dignos de muerte parescen delante su juez temporal; y con estos pensamientos vestirme o con otros, según subiecta materia.

[75] 3ª **addición.** La 3ª: un paso o dos antes del lugar donde tengo de contemplar o meditar, me pondré en pie por espacio de un Pater noster, alzado el entendimiento arriba, considerando cómo Dios nuestro Señor me mira, etc., y hacer una reverencia o humillación.

[76] 4ª **addición.** La 4ª: entrar en la contemplación cuándo de rodillas, cuándo postrado en tierra, cuándo supino rostro arriba, cuándo asentado, cuándo en pie, andando siempre a buscar lo que quiero. En dos cosas advertiremos: la primera es que si hallo lo que quiero de rodillas, no pasaré adelante, y si postrado, asimismo, etc.; la segunda, en el punto en el qual hallare lo que quiero, ahí me reposaré, sin tener ansia de pasar adelante hasta que me satisfaga.

[77] 5ª **addición.** La 5ª: después de acabado el ejercicio, por espacio de un quarto de hora, quier asentado, quier paseándome, miraré cómo me ha ido en la contemplación o meditación; y si mal, miraré la causa donde procede, y así mirada arrepentirme, para me

enmendar adelante; y si bien, dando gracias a Dios nuestro Señor; y haré otra vez de la misma manera.

[78] 6ª **addición.** La 6ª no querer pensar en cosas de placer ni alegría como de gloria, resurrección, etc.; porque para sentir pena, dolor y lágrimas por nuestros pecados impide cualquier consideración de gozo y alegría; mas tener delante de mí quererme doler y sentir pena, trayendo más en memoria la muerte, el juicio.

[79] 7ª **addición.** La 7ª: privarme de toda claridad para el mismo efecto cerrando ventanas y puertas, el tiempo que estuviere en la cámara, si no fuere para leer y comer.

[80] 8ª **addición.** La 8ª: no reír ni decir cosa motiva a risa.

[81] 9ª **addición.** La nona, refrenar la vista, excepto al rescibir o al despedir de la persona con quien hablare.

[82] 10ª **addición.** La décima addición es penitencia, la cual se divide en interna y externa. Interna es dolerse de sus pecados con firme propósito de no cometer aquéllos ni otros algunos; la externa o fruto de la primera es castigo de los pecados cometidos, y principalmente se toma en tres maneras.

[83] 1ª **manera.** La 1ª es cerca del comer, es a saber, quando quitamos lo superfluo no es penitencia, mas temperancia; penitencia es quando quitamos de lo conveniente, y quanto más y más mayor y mejor, sólo que no se corrompa el subiecto, ni se siga enfermedad notable.

[84] 2ª **manera.** La 2ª: cerca del modo de dormir; y asimismo no es penitencia quitar lo superfluo de cosas delicadas o moles, mas es penitencia quando en el modo se quita de lo conveniente, y quanto más y más mejor, sólo que no se corrompa el subiecto, ni se siga enfermedad notable, ni tampoco se quite del



sueño conveniente, si forsan no tiene hábito vicioso de dormir demasiado, para venir al medio.

[85] 3ª **manera.** La 3ª: castigar la carne, es a saber: dándole dolor sensible, el qual se da trayendo cilicios o sogas o barras de hierro sobre las carnes, flagelándose o flagándose, y otras maneras de asperezas.

[86] Lo que parece más cómodo y más seguro de la penitencia, es que el dolor sea sensible en las carnes y que no entre dentro de los huesos de manera que dé dolor y no enfermedad; por lo qual parece que es más *conveniente lastimarse con cuerdas delgadas*, que dan dolor de fuera, que no de otra manera que cause dentro enfermedad que sea notable.

[87] 1ª **nota.** La primera nota es que las penitencias externas principalmente se hacen por tres efectos: el primero, por satisfacción de los pecados *pasados*; 2º por vencer a sí mismo, es a saber, para que la sensualidad obedezca a la razón, y todas partes inferiores estén más sujetas a las superiores; 3ª para buscar y hallar alguna gracia o don que la persona quiere y desea, así como si desea haber interna contrición de sus pecados o llorar mucho sobre ellos o sobre las penas y dolores que Christo nuestro Señor passaba en su pasión, o por solución de alguna dubitación en que la persona se halla.

[88] 2ª **nota.** La 2ª: *es de advertir que la 1ª y la 2ª* **adición** se han de hacer para los ejercicios de la media noche y en amanesciendo, y no para los que se harán en otros tiempos; y la 4ª **adición** nunca se hará en la iglesia delante de otros, sino en escondido, como en casa, etcétera.

[89] 3ª **nota.** La 3ª: *quando la persona que se exercita aún no halla lo que desea*, así como lágrimas, consolaciones, etc., muchas

veces aprovecha hacer mudanza en el comer, en el dormir y en otros modos de hacer penitencia; de manera que nos mudemos haciendo dos o tres días penitencia, y otros dos o tres no; porque muchas veces dexamos de hacer penitencia por el amor sensual y por juicio *erróneo*, que el *subieto humano* no podrá tolerar sin notable enfermedad; y algunas veces, por el contrario, hacemos dema-

siado, pensando que el cuerpo pueda tolerar; y como Dios nuestro Señor en infinito conoce mejor nuestra natura, muchas veces en las tales mudanzas da a sentir a cada uno lo que le conviene.

[90] 4ª **nota.** La 4ª: el examen particular se haga para quitar defectos y negligencias sobre ejercicios y addiciones; y así en la 2ª, 3ª y 4ª semana.

## SEGUNDA SEMANA

[91] **EL LLAMAMIENTO DEL REY TEMPORAL AYUDA A CONTEMPLAR LA VIDA DEL REY ETERNAL.**

**Oración.** La oración preparatoria sea la sólita.

1º **preámbulo.** El primer preámbulo es composición viendo el lugar, será aquí ver con la vista imaginativa sinagogas, villas y castillos por donde Christo nuestro Señor predicaba.

2º **preámbulo.** El 2º: demandar la gracia que quiero; será aquí pedir gracia a nuestro Señor, para que no sea sordo a su llamamiento, mas presto y diligente para cumplir su *sanctissima* voluntad.

[92] 1º **punto.** El primer punto es poner delante de mí un rey humano, *elegido de mano de Dios nuestro Señor, a quien hacen reverencia y obedescen todos los príncipes y todos hombres Christianos.*

[93] 2º **punto.** El 2º: mirar cómo este rey habla a todos los suyos, diciendo: Mi voluntad es de conquistar toda la tierra de infieles; por tanto, quien quisiere venir conmigo ha de ser contento de comer como yo, y así de beber y vestir, etc.; asimismo ha de trabajar conmigo en el día y vigilar en la noche, etcétera; porque así después tenga parte conmigo en la victoria como la ha tenido en los trabajos.



[94] 3º **punto.** El 3º: considerar qué deben responder los buenos *súbditos a rey tan liberal y tan humano; y, por consiguiente, si alguno no* aceptase la petición de tal rey, cuánto sería digno de ser vituperado por todo el mundo y tenido por perverso caballero.

[95] **En la 2ª parte.** La segunda parte deste ejercicio consiste en aplicar el sobredicho exemplo del rey temporal a Christo nuestro Señor, conforme a los tres puntos dichos.

1º **punto.** Y quanto al primer punto, si tal vocación consideramos del rey temporal a sus súbditos, cuánto es cosa más digna de consideración ver a Christo nuestro Señor, rey eterno, y delante dél todo el universo mundo, al qual y cada uno en particular llama y dice: Mi voluntad es de conquistar todo el mundo y todos los enemigos, y así entrar en la gloria de mi Padre; por tanto, quien quisiere venir conmigo ha de trabajar conmigo, porque, siguiéndome en la pena, también me siga en la gloria.

[96] 2º **punto.** El 2º: considerar que todos los que tuvieren juicio y razón, offrescerán todas sus personas al trabajo:

[97] 3º **punto.** El 3º: los que más se querrán afectar y señalar en todo servicio de su rey eterno y señor universal, no solamente offrescerán sus personas al trabajo, mas aun haciendo contra su propia sensualidad y contra su amor carnal y mundano, harán oblaciones de mayor estima y mayor momento, diciendo:

[98] Eterno Señor de todas las cosas yo hago mi oblación con vuestro favor y ayuda, delante vuestra infinita bondad, y delante vuestra Madre gloriosa y de todos los santos y sanctas de la corte celestial, que yo quiero y deseo y es mi determinación deliberada, sólo que sea vuestro mayor servicio y alabanza, de imitaros en pasar todas injurias y todo vituperio y toda pobreza, así actual como spiritual, queriéndome vuestra sanctísima majestad elegir y rescibir en tal vida y estado.

[99] 1ª **nota.** Este ejercicio se hará dos veces al día, es a saber, a la mañana en levantándose, y a una hora antes de comer o de cenar.

[100] 2ª **nota.** Para la segunda semana y así para adelante, mucho aprovecha el leer algunos ratos en los libros de Imitatione Christi o de los Evangelios y de vidas de santos.







[101] **E**L PRIMERO DIA Y PRIMERA CONTEMPLACION ES DE LA ENCARNACION, Y CONTIENE EN SI LA ORACION PREPARATORIA, 3 PREAMBULOS Y 3 PUNTOS Y UN COLOQUIO.

**Oración.** La s3lita oraci3n preparatoria.

[102] 1º **preámbulo.** El primer preámbulo es traer la historia de la cosa que tengo de contemplar; que es aquí, cómo las tres personas divinas miraban toda la planicia o redondez de todo el mundo llena de hombres, y cómo viendo que todos descendían al infierno, se determina en la su eternidad, que la segunda persona se haga hombre, para salvar al género humano, y así venida la plenitud de los tiempos, embiando al ángel San Gabriel a Nuestra Señora, núm. [262].

[103] 2º **preámbulo.** El 2º: composici3n viendo el lugar: aquí será ver la grande capacidad y redondez del mundo, en la qual están tantas y tan diversas gentes; asimismo después particularmente la casa y aposentos de Nuestra Señora, en la ciudad de Nazaret, en la provincia de Galilea.

[104] 3º **preámbulo.** El 3º: demandar lo que quiero: será aquí demandar conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga.

[105] **Nota.** Conviene aquí notar que esta misma oraci3n preparatoria sin mudarla, como está dicha en el principio, y los mismos tres preámbulos se han de hacer en esta semana y en las otras siguientes, mudando la forma, según la subiecta materia.

[106] 1º **punto.** El primer punto es ver las personas, las unas y las otras; y primero las de la haz de la tierra, en tanta diversidad, así en trajes como en gestos, unos blancos y otros negros, unos en paz y otros en guerra, unos llorando y otros riendo, unos sanos y otros enfermos, unos nasciendo y otros muriendo, etcétera.

2º: ver y considerar las tres personas divinas como en el su solio real o throno de la su divina majestad, cómo miran toda la haz y redondez de la tierra y todas las gentes en tanta ceguedad, y cómo mueren y descenden al infierno.



3º: ver a Nuestra Señora y al ángel que la saluda, y refletir para sacar provecho de la tal vista.

[107] 2º **punto.** El 2º: oír lo que hablan las personas sobre la haz de la tierra, es a saber, cómo hablan unos con otros, cómo juran y blasfemian, etc.; asimismo lo que dicen las personas divinas, es a saber: «Hagamos redempción del género humano», etc.; y después lo que hablan el ángel y Nuestra Señora; y refletir después para sacar provecho de sus palabras.

[108] 3º **punto.** El 3º después mirar lo que hacen las personas sobre la haz de la tierra, así como herir, matar, ir al infierno, etc.; asimismo lo que hacen las personas divinas, es a saber, obrando la sanctísima incarnación, etc.; y asimismo lo que hacen el ángel y Nuestra Señora, es a saber, el ángel haciendo su officio de legado, y Nuestra Señora humillándose y haciendo gracias a la divina majestad, y después reflectir para sacar algún provecho de cada cosa destas.

[109] **Coloquio.** En fin, hase de hacer un coloquio, pensando lo que debo hablar a las tres Personas divinas o al Verbo eterno encarnado o a la Madre y Señora nuestra pidiendo según que en sí sintiere, para más seguir e imitar al Señor nuestro, así nuevamente encarnado, diciendo un Pater noster.

[110] **L**A SEGUNDA CONTEMPLACION ES DEL NASCIMIENTO.

**Oración.** La sólita oración preparatoria.

[111] 1º **preámbulo.** El primer preámbulo es la historia: y será aquí, cómo desde Nazaret salieron Nuestra Señora grávida quasi de nueve meses, como se puede meditar píamente, asentada en una asna, y Joseph y una ancila, llevando un buey para ir a Bethlém, a pagar el tributo que César echó en todas aquellas tierras, núm. [264].

[112] 2º **preámbulo.** El 2º: composición, viendo el lugar; será aquí con la vista imaginativa ver el camino desde Nazaret a Bethlém, considerando la longura, la anchura, y si llano o si por valles o cuevas sea el tal camino; asimismo mirando el lugar o espelunca del nacimiento, cuán grande, cuán pequeño, cuán baxo, cuán alto, y cómo estaba aparejado.







[113] 3º **preámbulo.** El 3º será el mismo y por la misma forma que fue en la precedente contemplación.

[114] 1º **punto.** El primer punto es ver las personas, es a saber, ver a Nuestra Señora y a Joseph y a la ancila y al niño Jesús, después de ser nascido, haciéndome yo un pobrecito y esclavito indigno, mirándolos, contemplándolos y sirviéndolos en sus necessidades, como si presente me hallase, con todo acatamiento y reverencia possible; y después reflectir en mí mismo para sacar algún provecho.

[115] 2º **punto.** El 2º: mirar, advertir y contemplar lo que hablan; y reflitiendo en mí mismo, sacar algún provecho.

[116] 3º **punto.** El 3º: *mirar y considerar lo que hacen, así como es el caminar y trabajar, para que el Señor sea nascido en summa pobreza, y a cabo de tantos trabajos, de hambre, de sed, de calor y de frío, de injurias y afrentas, para morir en cruz; y todo esto por mí; después reflitiendo, sacar algún provecho spiritual.*

[117] **Coloquio.** Acabar con un coloquio, así como en la precedente contemplación y con un Pater noster.

[118] **LA TERCERA CONTEMPLACION SERA REPETICION DEL PRIMERO Y 2º EJERCICIO.**

Después de la oración preparatoria y de los tres preámbulos se hará la repetición del primero y segundo ejercicio, notando siempre algunas partes más principales, donde haya sentido la persona algún conocimiento, consolación o desolación, haciendo asimismo un coloquio al fin y un Pater noster.

[119] En esta repetición y en todas las siguientes se llevará la misma orden de proceder que se llevaba en las repeticiones de la primera semana, mudando la materia y guardando la forma.

[120] **LA CUARTA CONTEMPLACION SERA REPETICION DE LA 1ª Y 2ª DE LA MISMA MANERA QUE SE HIZO EN LA SOBREDICHA REPETICION.**

[121] **LA QUINTA SERA TRAER LOS CINCO SENTIDOS SOBRE LA PRIMERA Y SEGUNDA CONTEMPLACION.**

**Oración.** Después de la oración preparatoria y de los tres preámbulos, aprovecha el pasar de los cinco sentidos de la imaginación por la 1ª y 2ª contemplación de la manera siguiente:



[122] 1º **punto**. El primer punto es ver las personas con la vista imaginativa, meditando y contemplando en particular sus circunstancias, y sacando algún provecho de la vista.

[123] 2º **punto**. El 2º: oír con el oído lo que hablan o pueden hablar, y reflitiendo en sí mismo, sacar dello algún provecho.

[124] 3º **punto**. El 3º: oler y gustar con el olfato y con el gusto la infinita suavidad y dulzura de la divinidad del ánima y de sus

virtudes y de todo, según fuere la persona que se contempla, reflitiendo en sí mismo y sacando provecho dello.

[125] 4º **punto**. El cuarto: tocar con el tacto, así como abrazar y besar los lugares donde las tales personas pisan y se asientan, siempre procurando de sacar provecho dello.

[126] **Coloquio**. Acabarse ha con un coloquio, como en la primera y segunda contemplación, y con un Pater noster.

[127] 1ª **nota**. Primera nota: es de advertir para toda esta semana y las otras siguientes, que solamente tengo de leer el misterio de la contemplación que inmediate tengo de hacer, de manera que por entonces no lea ningún misterio que aquel día o en aquella hora no haya de hacer, porque la consideración de un misterio no estorbe a la consideración del otro.

[128] 2ª **nota**. La 2ª: el primer ejercicio de la encarnación se hará a la media noche; el 2º en amaneciendo; el 3º a la hora de missa; el 4º a la hora de vísperas, y el 5º antes de la hora de cenar, estando por espacio de una hora en cada uno de los cinco ejercicios; y la misma orden se llevará en todo lo siguiente.

[129] 3ª **nota**. La 3ª: es de advertir que si la persona que hace los ejercicios es viejo o débil, o aunque fuerte, si de la 1ª semana ha quedado en alguna manera débil, es mejor que en esta 2ª semana a lo menos algunas veces no se levante a media noche, hacer a la mañana una contemplación, y otra a la hora de missa, y otra antes de comer, y sobre ellas una repetición a la hora de vísperas, y después el traer de los sentidos antes de cenar.

[130] 4ª **nota**. La cuarta: en esta segunda semana, en todas las diez addiciones, que se dixeron en la primera semana, se han de mu-

dar la 2ª, la 6ª, la 7ª y en parte la 10ª.

En la segunda será luego en despertándose poner enfrente de mí la contemplación que tengo de hacer, deseando más conocer el Verbo eterno encarnado, para más le servir y seguir.

Y la 6ª será traer en memoria frecuentemente la vida y misterios de Christo nuestro Señor, comenzando de su encarnación hasta el lugar o misterio que voy contemplando.

Y la 7ª será que tanto se debe guardar en tener obscuridad o claridad, usar de buenos temporales o diversos, quanto sintiere que le puede aprovechar y ayudar para hallar lo que desea la persona que se exercita.

Y en la 10ª addición el que se exercita se debe haber según los misterios que contempla; porque algunos piden penitencia, y otros no; de manera que se hagan todas las diez addiciones con mucho cuidado.

[131] 5ª **nota**. La quinta nota: en todos los

exercicios, dempto en el de la media noche y en el de la mañana, se tomará el equivalente de la 2ª addición, de la manera que se sigue: luego en acordándose que es hora del ejercicio que tengo de hacer, antes que me vaya, poniendo delante de mí adónde voy y delante de quién, resumiendo un poco el ejercicio que tengo de hacer, y después haciendo la 3ª addición entraré en el ejercicio.

[132] 2º **día**. El segundo día, tomar por primera y segunda contemplación la presentación en el templo, núm. [268], y la huyda como en destierro a Egipto, número [269], y sobre estas dos contemplaciones se harán dos repeticiones y el traer de los cinco sentidos sobre ellas de la misma manera que se hizo el día precedente.

[133] **Nota**. Algunas veces aprovecha, aunque el que se exercita sea recio y dispuesto, el mudarse desde este 2º día hasta el 4º inclusive para mejor hallar lo que desea, tomando sola una contemplación en amaneciendo, y otra a la hora de missa y repetir sobre ellas a la hora de vísperas, y traer los sentidos antes de cenar.

[134] 3º **día**. El tercero día, cómo el niño Jesús era obediente a sus padres en Nazaret, núm. [271], y cómo después le hallaron en el templo, núm. [272] y así consequenter hacer las dos repeticiones y traer los cinco sentidos.

## P REAMBULO PARA CONSIDERAR ESTADOS.

**Preámbulo**. Ya considerado el exemplo que Christo nuestro Señor nos ha dado para el primer estado, que es en custodia de los mandamiento, siendo él en obediencia a sus padres; y asimismo para el 2º, que es de per-





fección evangélica, quando quedó en el templo dexando a su padre adoptivo y a su madre natural, por vacar en puro servicio de su Padre eternal; comenzaremos juntamente contemplando su vida, a investigar y a demandar en qué vida o estado de nosotros se quiere servir su divina majestad; y así para alguna

introducción dello, en el primer exercicio siguiente veremos la intención de Christo nuestro Señor, y por el contrario, la del enemigo de natura humana, y cómo nos debemos disponer para venir en perfección en qualquier estado o vida que Dios nuestro Señor nos diere para elegir.

[136] **El cuarto día**, Meditación de dos banderas, la una de Christo, summo capitán y señor nuestro; la otra de Lucifer, mortal enemigo de nuestra humana natura.

**Oración.** La sálita oración preparatoria.

[137] **1º preámbulo.** El primer preámbulo es la historia: será aquí cómo Christo llama y quiere a todos debaxo de su bandera, y Lucifer, al contrario, debaxo de la suya.

[138] **2º preámbulo.** El 2º: composición viendo el lugar; será aquí ver un gran campo de toda aquella región de Hierusalén, adonde el summo capitán general de los buenos es Christo nuestro Señor; otro campo en región de Babilonia, donde el caudillo de los enemigos es Lucifer.

[139] **3º preámbulo.** El 3º: demandar lo que quiero; y será aquí pedir conocimiento de los engaños del mal caudillo y ayuda para dellos me guardar, y conocimiento de la vida verdadera que muestra el sumo y verdadero capitán, y gracia para le imitar.

[140] **1º punto.** El primer punto es imaginar así como si se asentase el caudillo de todos los enemigos en aquel gran campo de Babilonia, como en una grande cáthedra de fuego y humo, en figura horrible y espantosa.

[141] **2º punto.** El 2º: considerar cómo hace llamamiento de innumerables demonios y cómo los esparce a los unos en tal ciudad y a los otros en otra, y así por todo el mundo, no dexando provincias, lugares, estados ni personas algunas en particular.

[142] **3º punto.** El 3º: considerar el sermón que les hace, y cómo los amonesta para echar redes y cadenas; que primero hayan de tentar de



cobdicia de riquezas, como suele, ut in pluribus, para que más fácilmente vengan a vano honor del mundo, y después a crecida soberbia; de manera que el primer escalón sea de riquezas, el 2º de honor, el 3º de soberbia, y destos tres escalones induce a todos los otros vicios.

[143] Así por el contrario se ha de imaginar del summo y verdadero capitán, que es Christo nuestro Señor.

[144] 1º **punto.** El primer punto es considerar cómo Christo nuestro Señor se pone en un gran campo de aquella región de Hierusalén en lugar humilde, hermoso y gracioso.

[145] 2º **punto.** El 2º: considerar cómo el Señor de todo el mundo escoge tantas personas, apóstoles, discípulos, etcétera, y los envía por todo el mundo, esparciendo su sagrada doctrina por todos estados y condiciones de personas.

[146] 3º **punto.** El 3º: considerar el sermón que Christo nuestro Señor hace a todos sus siervos y amigos, que a tal jornada envía, encomendándoles que a todos quieran ayudar en traerlos, primero a summa pobreza espiritual, y si su divina majestad fuere servida y los quisiere elegir, no menos a la pobreza actual; 2º, a deseo de opprobios y menosprecios, porque destas dos cosas se sigue la humildad; de manera que sean tres escalones: el primero, pobreza contra riqueza; el 2º opprobrio o menosprecio contra el honor mundano; el 3º, humildad contra la soberbia; y destos tres escalones induzgan a todas las otras virtudes.

[147] **Coloquio.** Un coloquio a Nuestra Señora, porque me alcance gracia de su hijo y Señor, para que yo sea recibido debaxo de su bandera, y primero en summa pobreza espiritual, y si su divina majestad fuere servido y me quisiere elegir y rescibir, no menos en la pobreza actual; 2º, en pasar opprobrios y injurias por más en ellas le imitar, sólo que las pueda pasar sin peccado de ninguna persona ni displacer de su divina majestad, y con esto una Ave María.

2º **coloquio.** Pedir otro tanto al Hijo para que me alcance del Padre, y con esto decir Anima Christi.

3º **coloquio.** Pedir otro tanto al Padre, para que Él me lo conceda, y decir un Pater noster.

[148] **Nota.** Este ejercicio se hará a media noche y después otra vez a la mañana, y se harán dos repeticiones deste mismo a la hora de missa y a la hora de vísperas, siempre acabando con los tres coloquios de nuestra Señora, del Hijo y del Padre. Y el de los binarios que se sigue a la hora antes de cenar.







[149] **Cuarto día.** El mismo cuarto día se haga meditación de tres binarios de hombres, para abrazar el mejor.

**Oración.** La sálita oración preparatoria.

[150] 1º **preámbulo.** El primer preámbulo es la historia, la qual es de tres binarios de hombres, y cada uno dellos ha adquerido diez mil ducados, no pura o debidamente por amor de Dios; y quieren todos salvarse y hallar en paz a Dios nuestro Señor, quitando de sí la gravedad e impedimento que tienen para ello, en la affección de la cosa acquisita.

[151] 2º **preámbulo.** El 2º, composición viendo el lugar: será aquí ver a mí mismo, cómo estoy delante de Dios nuestro Señor y de todos sus santos para desear y conocer lo que sea más grato a la su divina bondad.

[152] 3º **preámbulo.** El 3º, demandar lo que quiero: aquí será pedir gracia para elegir lo que más a gloria de su divina majestad y salud de mi ánima sea.

[153] 1º **binario.** El primer binario querría quitar el affecto que a la cosa acquisita tiene, para hallar en paz a Dios nuestro Señor, y saberse salvar, y no pone los medios hasta la hora de la muerte.

[154] 2º **binario.** El 2º quiere quitar el affecto, más así le quiere quitar, que quede con la cosa acquisita, de manera que allí venga Dios donde él quiere, y no determina a dexasla, para ir a Dios, aunque fuesse el mejor estado para él.

[155] 3º **binario.** El 3º quiere quitar el affecto, mas así le quiere quitar, que también no le tiene affección a tener la cosa acquisita o no la tener, sino quiere solamente quererla o no quererla, según que Dios nuestro Señor le pondrá en voluntad, y a la tal persona le parescerá mejor para el servicio y alabanza de su divina majestad; y entretanto quiere hacer cuenta que todo lo dexa en affecto, poniendo fuerza de no querer aquello ni otra cosa ninguna, si no le moviere sólo el servicio de Dios nuestro Señor, de manera que el deseo de mejor poder servir a Dios nuestro Señor le mueva a tomar la cosa o dexasla.



[156] **3 coloquios.** Hacer los mismos tres coloquios que se hicieron en la contemplación precedente de las dos banderas [147].

[157] **Nota.** Es de notar que quando nosotros sintimos affecto o repugnancia contra la pobreza actual, quando no somos indiferentes a pobreza o riqueza, mucho aprovecha para extinguir el tal affecto desordenado, pedir en los coloquios (aunque sea contra la carne) que el Señor le elija en pobreza actual; y que él quiere, pide y suplica, sólo que sea servicio y alabanza de la su divina bondad.

[158] **Quinto día.** EL QUINTO DÍA, contemplación sobre la partida de Christo nuestro Señor desde Nazaret al río Jordán, y cómo fue bautizado, núm. [273].

[159] **1ª nota.** Esta contemplación se hará una vez a la media noche, y otra vez a la mañana, y dos repeticiones sobre ella a la hora de missa y vísperas, y antes de cenar traer sobre ella los cinco sentidos; en cada uno destes cinco exercicios preponiendo la sólita oración preparatoria y los tres preámbulos según que de todo esto está declarado en la contemplación de la incarnación y del nascimiento, y acabando con los tres coloquios de los tres binarios, o según la nota que se sigue después de los binarios.

[160] **2ª nota.** El examen particular después de comer y después de cenar se hará sobre las faltas y negligencias cerca de los exercicios y addiciones deste día, y así en los que se siguen.

[161] **Sexto día.** EL SEXTO DÍA, contemplación cómo Christo nuestro Señor fue desde el río Jordán al desierto inclusive, llevando en todo la misma forma que en el quinto.

**Séptimo día.** EL SÉPTIMO DÍA, cómo sancto Andrés y otros siguieron a Christo nuestro Señor, núm. [275].

**Octavo día.** EL OCTAVO, del sermón del monte, que es de las ocho bienaventuranzas, núm. [278].

**Nono día.** EL NONO, cómo Christo nuestro Señor apareció a sus discípulos sobre las ondas de la mar, núm. [279].

**Décimo día.** EL DÉCIMO, cómo el Señor predicaba en el templo, núm. [288].

**Undécimo día.** EL UNDÉCIMO, de la resurrección de Lázaro, núm. [285].

**Duodécimo día.** EL DUODÉCIMO, del día de ramos, núm. [287].

[162] **1ª nota.** La primera nota es que en las contemplaciones desta segunda semana, según que cada uno quiere poner tiempo o según que se aprovechar, puede alargar o abreviar. Si alargar, tomando los misterios de la visitación de nuestra Señora a sancta Elisabet, los pastores, la circuncisión del Niño Jesús, y los tres reys, y así de otros; y si abreviar, aun quitar de los que están puestos; porque esto es dar una introducción y modo para después mejor y más cumplidamente contemplar.

[163] **2ª nota.** La 2ª: la materia de las elecciones se comenzará desde la contemplación de Nazaret a Jordán, tomando inclusive, que es el quinto día, según que se declara en lo siguiente.





[164] 3ª **nota.** La 3ª: antes de entrar en las elecciones, para hombre affectarse a la vera doctrina de Christo nuestro Señor, aprovecha mucho considerar y advertir en las siguientes tres maneras de humildad, y en ellas considerando a ratos por todo el día, y asimismo haciendo los coloquios según que adelante se dirá.

[165] 1ª **humildad.** La primera manera de humildad es necessaria para la salud eterna, es a saber, que así me humille quanto en mí sea possible, para que en todo obedesca a la ley de Dios nuestro Señor, de tal suerte que aunque me hiciesen señor de todas las cosas criadas en este mundo, ni por la propria vida temporal, no sea en deliberar de quebrantar un mandamiento, quier divino, quier humano, que me obligue a peccado mortal.

[166] 2ª **humildad.** La 2ª es más perfecta humildad que la primera, es a saber, si yo me hallo en tal punto que no quiero ni me affecto más a tener riqueza que pobreza, a querer honor que deshonor, a desear vida larga que corta, siendo igual servicio de Dios nuestro Señor y salud de mi ánima; y con esto, que por todo lo criado, ni porque la vida me quitasen, no sea en deliberar de hacer un peccado venial.

[167] 3ª **humildad.** La 3ª es humildad perfectíssima, es a saber, quando incluyendo la primera y segunda, siendo igual alabanza y gloria de la divina majestad, por imitar y parescer más actualmente a Christo nuestro Señor, quiero y elijo más pobreza con Christo pobre que riqueza, opprobios con Christo lleno dellos que honores, y desear más de ser estimado por vano y loco por Christo que primero fue tenido por tal, que por sabio ni prudente en este mundo.

[168] **Nota.** Assí para quien desea alcanzar esta tercera humildad, mucho aprovecha hacer los tres coloquios de los binarios ya dichos, pidiendo que el Señor nuestro le quiera elegir en esta tercer mayor y mejor humildad, para más le imitar y servir, si igual o mayor servicio y alabanza fuera a la su divina majestad.

[169] **P**REAMBULO PARA HACER ELECCION.

1º **punto.** En toda buena elección, en quanto es de nuestra parte, el ojo de nuestra intención debe ser simple, solamente mirando para lo que soy criado, es a saber, para alabanza de Dios Nuestro Señor, y salvación de mi ánima; y así cualquier cosa que yo eligiere, debe ser a que me ayude para el fin para que soy criado, no ordenando ni trayendo el fin al medio, mas el medio al fin; así como acaece que muchos eligen primero casarse, lo qual es medio, y secundario servira Dios nuestro Señor en el casamiento, el qual servir a Dios es fin. Assimismo hay otros que primero quieren haber beneficios y después servir a Dios en ellos. De manera que éstos no van derechos a Dios, mas quieren que Dios venga derecho a sus affecciones desordenadas y, por consiguiente, hacen del fin medio y del medio fin. De suerte que lo que habian de tomar primero toman postrero; porque primero hemos de poner por obiecto querer servir a Dios, que es el fin y secundario tomar beneficio o casarme, si más me conviene, que es el medio para el fin; así ninguna cosa me debe mover a tomar los tales medios o privarme dellos, sino sólo el servicio y alabanza de Dios nuestro Señor y salud eterna de mi ánima.



[170] **P**ARA TOMAR NOTICIA DE QUE COSAS SE DEBE HACER ELECCION, Y CONTIENE EN SI CUATRO PUNTOS Y UNA NOTA.

1º **punto.** El primer punto: es necesario que todas cosas, de las quales queremos hacer elección, sean indiferentes o buenas en sí, y que militen dentro de la sancta madre Iglesia hierárquica, y nomalas ni repugnantes a ella.

[171] 2º **punto.** Segundo: hay cosas que caen debaxo de elección inmutable, así como son sacerdocio, matrimonio, etc.; hay otras que caen debaxo de elección mutable, así como son tomar beneficios o dexarlos, tomar bienes temporales o lanzarlos.

[172] 3º **punto.** Tercero: En la elección inmutable, que ya una vez se ha hecho elección, no hay más que elegir, porque no se puede desatar, así como es matrimonio, sacerdocio, etc. Sólo es de mirar que si no ha hecho elección debida y ordenadamente, sin affecciones dessordenadas, arrepintiéndose procure hacer buena vida en su elección; la qual elección no parece que sea vocación divina, por ser elección desordenada y oblicua, como muchos en esto yerran haciendo de oblicua o de mala elección vocación divina; porque toda vocación divina es siempre pura y limpia, sin mixtión de carne ni de otra affección alguna dessordenada.

[173] 4º **punto.** Quarto: si alguno ha hecho elección debida y ordenadamente de cosas que están debajo de elección mutable, y no llegando a carne ni a mundo, no hay para qué de nuevo haga elección, mas en aquélla perfeccionarse quanto pudiere.

[174] **Nota.** Es de advertir que si la tal elección mutable no se ha hecho sincera y bien ordenada, entonces aprovecha hacer la elección debidamente, quien tubiere deseo que dél salgan frutos notables y muy apacibles a Dios nuestro Señor.

[175] **T**RES TIEMPOS PARA HACER SANA Y BUENA ELECCION EN CADA UNO DELLOS.

1º **tiempo.** El primer tiempo es quando Dios nuestro Señor así mueve y atrae la voluntad, que sin dubitar ni poder dubitar, la tal ánima *devota sigue a lo que es mostrado; así como San Pablo y San Matheo lo hicieron en seguir a Christo nuestro Señor.*

[176] 2º **tiempo.** El segundo: quando se toma asaz claridad y cognoscimiento por experiencia de consolaciones y dessolaciones, y por experiencia de discreción de varios espíritus.

[177] 3º **tiempo.** El tercero tiempo es tranquilo, considerando primero para qué es nacido el hombre, es a saber, para alabar a Dios nuestro Señor y salvar su ánima, y esto deseando elije por medio una vida o estado dentro de los límites de la Iglesia, para que sea ayudado en servicio de su Señor y salvación de su ánima.

Dixe tiempo tranquilo quando el ánima no es agitada de varios espíritus y usa de sus potencias naturales libera y tranquilamente.

[178] Si en el primero o segundo tiempo no se hace elección, síguense cerca este tercero tiempo dos modos para hacerla.

**E**EL PRIMER MODO DE HACER SANA Y BUENA ELECCION CONTIENE EN SI SEIS PUNTOS.

1º **punto.** El primer punto es proponer delante la cosa sobre que quiero hacer elección, así como un officio o beneficio para tomar o dexar, o de otra cualquier cosa que cae en elección mutable.

[179] 2º **punto.** Segundo: es menester tener por obiecto el fin para que soy criado, que es para alabar a Dios nuestro Señor y salvar mi ánima; y con esto hallarme indiferente sin affección alguna dessordenada, de manera que no esté más inclinado ni afectado a tomar la cosa propuesta, que a dexarla, ni más a dexarla que a tomarla; mas que me halle como en medio de un peso para seguir aquello que sintiere ser más en gloria y alabanza de Dios nuestro Señor y salvación de mi ánima.

[180] 3º **punto.** Tercero: pedir a Dios nuestro Señor quiera mover mi voluntad y poner en mi ánima lo que yo debo hacer acerca de la cosa propósita, que más su alabanza y gloria sea, discurriendo bien y fielmente con mi entendimiento y eligiendo conforme su sanctísima y beneplácita voluntad.

[181] 4º **punto.** Quarto: Considerar racionando cuántos cómodos o provechos se me siguen con el tener el officio o beneficio propuesto, para sola la alabanza de Dios nuestro Señor y salud de mi ánima; y, por el contrario, considerar assimismo los incómodos y peligros que hay en el tener. Otro tanto haciendo en la segunda parte, es a saber, mirar los cómodos y provechos en el no tener; y assimismo por el contrario, los incómodos y peligros en el mismo no tener.



[182] 5º **punto**. Quinto: después que así he discurrido y raciocinado a todas partes sobre la cosa propósa, mirar dónde más la razón se inclina, y así según la mayor moción racional, y no moción alguna sensual, se debe hacer deliberación sobre la cosa propósa.

[183] 6º **punto**. Sexto: hecha la tal elección o deliberación, debe ir la persona que tal ha hecho, con mucha diligencia, a la oración delante de Dios nuestro Señor y offrescerle la tal elección para que su divina majestad la quiera rescibir y confirmar, siendo su mayor servicio y alabanza.

## [184] EL SEGUNDO MODO PARA HACER SANA Y BUENA ELECCION CONTIENE EN SI CUATRO REGLAS Y UNA NOTA

1ª **regla**. La primera es que aquel amor que me mueve y me hace elegir la tal cosa, descienda de arriba del amor de Dios, de forma que el que elige sienta primero en sí que aquel amor más o menos que tiene a la cosa que elige es sólo por su Criador y Señor.

[185] 2ª **regla**. La 2ª: mirar a un hombre que nunca he visto ni conocido, y deseando yo toda su perfección, considerar lo que yo le diría que hiciese y eligiese para mayor gloria de Dios nuestro Señor y mayor perfección de su ánima, y haciendo yo asimismo, guardar la regla que para el otro pongo.

[186] 3ª **regla**. La 3ª: considerar como si estuviese en el artículo de la muerte, la forma y medida que entonces querría haber tenido en el modo de la presente elección, y reglándome por aquélla, haga en todo la mi determinación.

[187] 4ª **regla**. La 4ª: mirando y considerando cómo me hallaré el día de juicio, pensar cómo entonces querría haber deliberado acerca la cosa presente; y la regla que entonces querría haber tenido, tomarla agora, porque entonces me halle con entero placer y gozo.

[188] **Nota**. Tomadas las reglas sobredichas para mi salud y quietud eterna, haré mi elección y oblación a Dios nuestro Señor, conforme al sexto punto del primer modo de hacer elección.

## [189] PARA ENMENDAR Y REFORMAR LA PROPIA VIDA Y ESTADO.

Es de advertir que acerca de los que están constituidos en prelatura o en matrimonio (quier abundan mucho de los bienes temporales, quier no), donde no tienen lugar o muy prompta voluntad para hacer elección de las cosas que caen debaxo de elección mutable, aprovecha mucho, en lugar de hacer elección, dar forma y modo de enmendar y reformar la propia vida y estado de cada uno de ellos, es a saber, poniendo su creación, vida y estado para gloria y alabanza de Dios nuestro Señor y salvación de su propia ánima. Para venir y llegar a este fin, debe mucho considerar y ruminar los ejercicios y modos de elegir, según que está declarado, cuánta cosa y familia debe tener, cómo la debe regir y gobernar, cómo la debe enseñar con palabra y con exemplo; asimismo de sus facultades cuánta debe tomar para su familia y casa, y cuánta para dispensar en pobres y en otras cosas pías, no queriendo ni buscando otra cosa alguna sino en todo y por todo mayor alabanza y gloria de Dios nuestro Señor. Porque piense

cada uno que tanto se aprovechará en todas cosas espirituales, quanto saliere de su propio amor, querer y interesse.

## TERCERA SEMANA

[190] 1º **día**. LA PRIMERA CONTEMPLACION A LA MEDIA NOCHE ES, COMO CHRISTO NUESTRO SEÑOR FUE DESDE BETHANIA PARA HIERUSALEM A LA ULTIMA CENA INCLUSIVE, NUM. [289], Y CONTIENE EN SI LA ORACION PREPARATORIA, 3 PREAMBULOS, 6 PUNTOS Y UN COLOQUIO.

**Oración**. La sólita oración preparatoria.

[191] 1º **preámbulo**. El primer preámbulo es traer la historia, que es aquí cómo Christo nuestro Señor desde Bethania envió dos discípulos a Hierusalén a aparejar la cena, y después él mismo fue a ella con los otros discípulos; y cómo después de haber comido el cordero pascual y haber cenado, les lavó los pies, y dio su santísimo cuerpo y preciosa sangre a sus discípulos, y les hizo un sermón después que fue Judas a vender a su Señor.

[192] 2º **preámbulo**. El segundo, composición viendo el lugar: será aquí considerar el camino desde Bethania a Hierusalén, si ancho, si angosto, si llano, etcétera. Asimismo el lugar de la cena, si grande, si pequeño, si de una manera o si de otra.

[193] 3º **preámbulo**. El tercero, demandar lo que quiero: será aquí dolor, sentimiento y confusión, porque por mis pecados va el señor a la pasión.



[194] 1º **punto.** El primer punto es ver las personas de la cena, y reflitiendo en mí mismo, procurar de sacar algún provecho dellas.

2º **punto.** El segundo: oír lo que hablan, y asimismo sacar algún provecho dello.

3º **punto.** El 3º: mirar lo que hacen y sacar algún provecho.

[195] 4º **punto.** El 4º: considerar lo que Christo nuestro Señor padesce en la humanidad o quiere padecer, según el paso que se contempla; y aquí comenzar con mucha fuerza y esforzarme a doler, tristar y llorar, y así trabaxando por los otros puntos que se siguen.

[196] 5º **punto.** El 5º: considerar cómo la Divinidad se esconde es a saber, cómo podría destruir a sus enemigos, y no lo hace, y cómo dexa padecer la sacratissima humanidad tan crudelissimamente.

[197] 6º **punto.** El 6º: considerar cómo todo esto padesce por mis pecados, etcétera, y qué debo yo hacer y padecer por él.

[198] **Coloquio.** Acabar con un coloquio a Christo nuestro Señor, y al fin con un Pater noster.

[199] **Nota.** Es de advertir, como antes y en parte está declarado, que en los coloquios debemos de razonar y pedir según la subiecta materia, es a saber, según que me hallo tentado o consolado, y según que deseo haber una virtud o otra, según que quiero disponer de mí a una parte o a otra, según que quiero dolerme o gozarme de la cosa que contemplo, finalmente pidiendo aquello que más eficazmente cerca algunas cosas particulares

deseo; y desta manera puede hacer un solo coloquio a Christo nuestro Señor o si la materia o la devoción le conmueve, puede hacer tres coloquios, uno a la Madre, otro al Hijo, otro al Padre, por la misma forma que está dicho en la segunda semana en la meditación de las dos banderas, con la nota que se sigue a los binarios.

## [200] SEGUNDA CONTEMPLACION A LA MAÑANA SERA DESDE LA CENA AL HUERTO INCLUSIVE.

**Oración.** La sólita oración preparatoria.

[201] 1º **preámbulo.** El primer preámbulo es la historia: y será aquí cómo Christo nuestro Señor descendió con sus once discípulos desde el monte Sión, donde hizo la cena, para el valle de losaphar dexando los ocho en una parte del valle y los otros tres en una parte del huerto, y poniéndose en oración suda sudor como gotas de sangre; y después que tres veces hizo oración al Padre, y despertó a sus tres discípulos, y después que a su voz cayeron los enemigos, y Judas dándole la paz y San Pedro derrocando la oreja a Malco, y Christo poniéndosela en su lugar, seyendo preso como malhechor, le llevan al valle abajo y después la cuesta arriba para la casa de Anás.

[202] 2º **preámbulo.** El segundo es ver el lugar: será aquí considerar el camino desde monte Sión al valle de Josaphar, y ansimismo el huerto, si ancho, si largo, si de una manera, si de otra.







[203] 3º **preámbulo.** El tercero es demandar lo que quiero, lo cual es propio de demandar en la pasión, dolor con Christo doloroso, quebranto con Christo quebrantado, lágrimas pena interna de tanta pena que Christo pasó por mí.

[204] 1ª **nota.** En esta segunda contemplación, después que está puesta la oración preparatoria con los tres preámbulos ya dichos, se temá la misma forma de proceder por lo puntos y coloquio que se tuvo en la primera contemplación de la cena; y a la hora de missa y vísperas, se harán dos repeticiones sobre la primera y segunda contemplación, y después antes de cena se traerán los sentidos sobre las dos sobredichas contemplaciones, siempre preponiendo la oración preparatoria y los tres preámbulos, según la subiecta materia, de la misma forma que está dicho y declarado en la segunda semana.

[205] 2ª **nota.** Según la edad, disposición y temperatura ayuda a la persona que se exercita, hará cada día los cinco ejercicios o menos.

[206] 3ª **nota.** En esta tercera semana se mudarán en parte la segunda y sexta addición; la segunda será, luego en despertándome, poniendo delante de mí a dónde voy y a qué, resumiendo un poco la contemplación que quiero hacer, según el misterio fuere, esforzándome mientras me levanto y me visto, en entristecerme y dolerme de tanto dolor y de tanto padecer de Christo nuestro Señor.

La sexta se mudará no procurando de traer pensamientos alegres, aunque buenos y sanctos, así como son de resurrección y de gloria, mas antes induciendo a mí mismo a dolor y a pena y quebranto, trayendo en me-

moria frecuente los trabajos, fatigas y dolores de Christo nuestro Señor, que pasó desde el punto que nació hasta el misterio de la pasión en que al presente me hallo.

[207] 4ª **nota.** El examen particular sobre los ejercicios y addiciones presentes se hará, así como se ha hecho en la semana pasada.

[208] 2ª **día.** EL SEGUNDO DÍA a la media noche, la contemplación será desde el huerto a casa de Anás inclusive, núm. [291], y a la mañana, de casa de Anás a casa de Cayphás, inclusive, núm. [292], después las dos repeticiones y el traer de los sentidos, según que está ya dicho.

3ª **día.** EL TERCERO DÍA a la media noche, de casa de Cayphás a Pilato, inclusive, núm. [293], y a la mañana, de Pilato a Herodes, inclusive, núm. [294], y después las repeticiones y sentidos por la misma forma que está ya dicho.

4ª **día.** EL CUARTO DÍA a la media noche, de Herodes a Pilato, núm. [295], haciendo y contemplando hasta la mitad de los misterios de la misma casa de Pilato, y después en el ejercicio de la mañana, los otros misterios que quedaron de la misma casa, y las repeticiones y los sentidos como está dicho.

5ª **día.** EL QUINTO DÍA a la media noche, de casa de Pilato hasta ser puesto en crux, núm. [296], y a la mañana, desde que fue alzado en crux hasta que espiró, núm. [297], después, las dos repeticiones y los sentidos.

6ª **día.** EL SEXTO DÍA a la media noche, desde la crux, descendéndole, hasta el monumento exclusive, núm. [298], y a la mañana, desde el monumento inclusive hasta la casa donde Nuestra Señora fue después de sepultado su Hijo.



**7º día.** EL SÉTIMO DÍA, contemplación de toda la pasión junta en el ejercicio de la media noche y de la mañana, y en lugar de las dos repeticiones y de los sentidos, considerar todo aquel día, quanto más frecuente podrá, cómo el cuerpo sacratísimo de Christo nuestro Señor quedó desatado y apartado del ánima, y dónde y cómo sepultado. Asimismo considerando la soledad de Nuestra Señora con tanto dolor y fatiga; después, por otra parte, la de los discípulos.

[209] **Nota.** Es de notar que quien más se quiere alargar en la pasión, ha de tomar en cada contemplación menos misterios, es a saber, en la primera contemplación solamente la cena; en la 2ª el lavar los pies; en la 3ª el darle el sacramento; y en la 4ª el sermón que Christo les hizo, y así por las otras contemplaciones y misterios.

Asimismo, después de acabada la pasión, tome un día entero la mitad de toda la pasión, y el 2º día la otra mitad, y el 3º día toda la pasión.

Por el contrario, quien quisiere más abreviar en la pasión, tome a la media noche la cena; a la mañana, el huerto; a la hora de missa, la casa de Anás; a la hora de vísperas, la casa de Cayphás; en lugar de la hora antes de cena, la casa de Pilato; de manera que no haciendo repeticiones ni el traer de los sentidos, haga cada día cinco ejercicios distintos, y en cada uno ejercicio distinto misterio de Christo nuestro Señor; y después de así acabada toda la pasión, puede hacer otro día toda la pasión junta en un ejercicio o en diversos, como más le parezca que aprovecharse podrá.

## [210] REGLAS PARA ORDENARSE EN EL COMER PARA ADELANTE.

**1ª regla.** La primera regla es que del pan conviene menos abstenerse, porque no es manjar sobre el qual el apetito se suele tanto desordenar, o a que la tentación insista como a los otros manjares.

[211] **2ª regla.** La segunda: acerca del beber parece más cómoda la abstinencia, que no acerca el comer del pan; por tanto, se debe mucho mirar lo que hace provecho, para admitir y lo que hace daño, para lanzarlo.

[212] **3ª regla.** La tercera: acerca de los manjares se debe tener la mayor y más entera abstinencia; porque así en el apetito en desordenarse como la tentación en investigar son más prompts en esta parte, y así la abstinencia en los manjares para evitar dessorden, se puede tener de dos maneras: la una en habituarse a comer manjares gruesos, la otra, si delicados, en poca cantidad.

[213] **4ª regla.** La quarta: guardándose que no caiga en enfermedad, quanto más hombre quitare de lo conveniente, alcanzará más presto el medio que debe tener en su comer y beber, por dos razones: la primera, porque así ayudándose y disponiéndose, muchas veces sentirá más las internas noticias, consolaciones y divinas inspiraciones para mostrársele el medio que le conviene; la segunda, si la persona se vee en la tal abstinencia, y no con

tanta fuerza corporal ni disposición para los ejercicios espirituales fácilmente vendrá a juzgar lo que conviene más a su sustentación corporal.

[214] **5ª regla.** La quinta: mientras la persona come, considere como que vee a Christo nuestro Señor comer con sus apóstoles, y cómo bebe, y cómo mira, y cómo habla; y procure de imitarle. De manera que la principal parte del entendimiento se ocupe en la consideración de nuestro Señor, y la menor en la sustentación corporal, porque así tome mayor concierto y orden de cómo se debe haber y gobernar.

[215] **6ª regla.** La sexta: otra vez mientras come, puede tomar otra consideración o de vida de santos o de alguna pia contemplación o de algún negocio espiritual que haya de hacer; porque estando en la tal cosa atento, tomará menos delectación y sentimiento en el manjar corporal.

[216] **7ª regla.** La séptima: sobre todo se guarde que no esté todo su ánimo intento en lo que come, ni en el comer vaya apresurado por el apetito; sino que sea señor de sí, así en la manera del comer, como en la cantidad que come.

[217] **8ª regla.** La octava: para quitar dessorden mucho aprovecha que después de comer o después de cenar o en otra hora que no sienta apetito de comer, o determine consigo para la comida o cena por venir, y así consequenter cada día, la cantidad que conviene que coma; de la qual por ningún apetito ni tentación pase adelante, sino antes por más vencer todo apetito desordenado y tentación del enemigo, si es tentado a comer más, coma menos.





## CUARTA SEMANA

[218] **LA PRIMERA CONTEMPLACION COMO CHRISTO NUESTRO SEÑOR APARECIO A NUESTRA SEÑORA, NUM. [299].**

**Oración.** La sálita oración preparatoria.

[219] **1º preámbulo.** El primer preámbulo es la historia, que es aquí cómo después que Christo espiró en la crux, y el cuerpo quedó separado del ánima y con él siempre unida la Divinidad, la ánima beata descendió al infierno, asimismo unida con la Divinidad; de donde sacando a las ánimas justas y viniendo al sepulcro y resuscitado, apareció a su bendita Madre en cuerpo y en ánima.

[220] **2º preámbulo.** El 2º: composición vniendo el lugar, que será aquí ver la disposición del sancto sepulchro, y el lugar o casa de Nuestra Señora, mirando las partes della en particular, asimismo la cámara, oratorio, etc.

[221] **3º preámbulo.** El tercero: demandar lo que quiero, y será aquí pedir gracia para me alegrar y gozar intensamente de tanta gloria y gozo de Christo nuestro Señor.

[222] **1º punto. 2º punto. 3º punto.** El primero, 2º y 3º punto sean los mismos sólitos que tuvimos en la cena de Christo nuestro Señor, núm. [194].

[223] **4º punto.** El quarto: considerar cómo la Divinidad, que parecia esconderse en la pasión, parece y se muestra agora tan miraculosamente en la sanctíssima resurrección, por los verdaderos y sanctísimos effectos della.

[224] **5º punto.** El quinto: mirar el officio de consolar, que Christo nuestro Señor trae, y

comparando cómo unos amigos suelen consolar a otros.

[225] **Coloquio.** Acabar con un coloquio o coloquios, según subiecta materia y un Pater noster.

[226] **1ª nota.** En las contemplaciones siguientes se proceda por todos los misterios de la resurrección, de la manera que abaxo se sigue, hasta la ascensión inclusive, llevando y teniendo en lo restante la misma forma y manera en toda la semana de la resurrección que se tuvo en toda la semana de la pasión. De suerte que por esta primera contemplación de la resurrección se rija en quanto los preámbulos, según subiecta materia; y en quanto los cinco puntos sean los mismos; y las addiciones que están abaxo sean las mismas; y ansi en todo lo que resta se puede regir por el modo de la semana de la pasión, así como en repeticiones, cinco sentidos, en acortar o alargar los misterios, etc.

[227] **2ª nota.** La segunda nota: comúnmente en esta quarta semana es más conveniente que en las otras tres passadas, hacer quatro exercicios y no cinco: el primero, luego en levantando a la mañana; el 2º a la hora de missa o antes de comer, en el lugar de la primera repetición; el 3º a la hora de visperas en lugar de la segunda repetición; el 4º antes de cenar, traiedo los cinco sentidos sobre los tres exercicios del mismo día, notando y haciendo pausa en las partes más principales, y donde haya sentido mayores mociones y gustos spirituales.

[228] **3ª nota.** La tercera, dado que en todas las contemplaciones se dieron tantos puntos por número cierto, así como tres o cinco, etc., la persona que contempla puede poner



más o menos puntos, según que mejor se hallare; para lo qual mucho aprovecha antes de entrar en la contemplación conjeturar y señalar los puntos, que ha de tomar en cierto número.

[229] 4ª **nota.** En esta 4ª semana en todas las diez addiciones se han de mudar la 2ª, la 6ª, la 7ª y la 10ª.

La 2ª será luego en despertándome, poner enfrente la contemplación que tengo de hacer, queriéndome afectar y alegrar de tanto gozo y alegría de Christo nuestro Señor.

La 6ª traer a la memoria y pensar cosas motivas a placer, alegría y gozo spiritual, así como de gloria.

La 7ª, usar de claridad o de temporales cómodos, así como en el verano de frescura, y en el hibierno de sol o calor, en quanto el ánima piensa o coniecta que la puede ayudar, para se gozar en su Criador y Redemptor.

La 10ª, en lugar de la penitencia, mire la temperancia y todo medio, si no es en preceptos de ayuno o abstinencias que la Iglesia mande, porque aquéllos siempre han de complir, si no fuere justo impedimento.

## [230] C ONTEMPLACION PARA ALCANZAR AMOR.

**Nota.** Primero conviene advertir dos cosas:

La primera es que el amor se debe poner más en las obras que en las palabras.

[231] La 2ª, el amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, en dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene o puede, y así, por el contrario, el amado al amante; de manera que si el uno tiene sciencia, dar al que no la tiene, si honores, si riquezas y así el otro al otro.

**Oración.** Oración sólita.

[232] 1º **preámbulo.** Primer preámbulo es composición, que es aquí ver cómo estoy delante de Dios nuestro Señor, de los ángeles, de los sanctos interpelantes por mí.

[233] 2º **preámbulo.** El segundo, pedir lo que quiero: será aquí pedir cognoscimiento interno de tanto bien recibido, para que yo enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad.

[234] 1º **punto.** El primer punto es traer a la memoria los beneficios rescibidos de creación, redempción y dones particulares, ponderando con







mucho afecto cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí y cuánto me ha dado de lo que tiene y conseqüenter el mismo Señor desea dárseme en quanto puede según su ordenación divina. Y con esto reflectir, en mí mismo, considerando con mucha razón y justicia lo que yo debo de mi parte offrescer y dar a la su divina majestad, es a saber, todas mis cosas y a mí mismo con ellas, así como quien offresce affectándose mucho: 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.

[235] El segundo mirar cómo Dios habita en las criaturas, en los elementos dando ser, en las plantas vejetando, en los animales sensando, en los hombres dando entender; y así en mí dándome ser, animando, sensando, y haciéndome entender; asimismo haciendo templo de mí seyendo criado a la similitud y imagen de su divina majestad; otro tanto reflitiendo en mí mismo, por el modo que está dicho en el primer punto o por otro que sientiere mejor. De la misma manera se hará sobre cada punto que se sigue.

[236] El tercero considerar cómo Dios trabaja y labora por mí en todas cosas criadas sobre la haz de la tierra, id est, haber se ad modum laborantis. Así como en los cielos, elementos, plantas, fructos, ganados, etc., dando ser, conservando, vejetando y sensando, etc. Después reflectir en mí mismo.

[237] El quarto: mirar cómo todos los bienes y dones descienden de arriba, así como la mi medida potencia de la summa y infinita de arriba, y así justicia, bondad, piedad, misericordia, etc, así como del sol descienden los rayos, de la fuente las aguas, etc. Después acabar reflitiendo en mí mismo según está dicho. Acabar con un coloquio y un Pater noster.

### **T**RES MODOS DE ORAR, Y 1º SOBRE MANDAMIENTOS

La primera manera de orar es cerca de los diez mandamientos, y de los siete peccados

mortales, de las tres potencias del ánima, y de los cinco sentidos corporales; la qual manera de orar es más dar forma, modo y exercicios, cómo el ánima se apareje y aproveche en ellos, y para que la oración sea accepta, que no dar forma ni modo alguno de orar.



[239] Primeramente se haga el equivalente de la 2ª adición de la 2ª semana, es a saber, antes de entrar en la oración repose un poco el espíritu asentándose o paseándose, como mejor le parezca, considerando a dónde voy y a qué: y esta misma adición se hará al principio de todos modos de orar.

[240] **Oración.** Una oración preparatoria, así como pedir gracia a Dios nuestro Señor, para que pueda conocer en lo que he faltado acerca los diez mandamientos, y asimismo pedir gracia y ayuda para me enmendar adelante, demandando perfecta inteligencia de ellos para mejor guardarlos, y para mayor gloria y alabanza de su divina majestad.

[241] Para el primer modo de orar conviene considerar y pensar en el primer mandamiento cómo lo he guardado, y en qué he faltado, teniendo regla por espacio de quien dice tres veces Pater noster y tres veces Ave María, y si en este tiempo hallo faltas mías, pedir venia y perdón dellas, y decir un Pater noster; y desta misma manera se haga en cada uno de todos los diez mandamientos.

[242] 1ª **nota.** Es de notar que quando hombre viniere a pensar en un mandamiento, en el qual halla que no tiene hábito ninguno de peccar, no es menester que se detenga tanto tiempo; más según que hombre halla en sí que más o menos estropea en aquel mandamiento, así debe más o menos detenerse en la consideración y escrutinio dél, y lo mismo se guarde en los peccados mortales.

[243] 2ª **nota.** Después de acabado el discurso ya dicho sobre todos los mandamientos, acusándome en ellos, y pidiendo gracia y ayuda para enmendarme adelante, hase de acabar con un coloquio a Dios nuestro Señor según subiecta materia.

## [244] 2ª SOBRE PECCADOS MORTALES.

Acerca de los siete peccados mortales, después de la adición, se haga la oración preparatoria, por la manera ya dicha, sólo mudando que la materia aquí es de peccados que se han de evitar, y antes era de mandamientos, que se han de guardar, y asimismo se guarde la orden y regla ya dicha y el coloquio.

[245] Para mejor conocer las faltas hechas en los peccados mortales, mírense sus contrarios, y así para mejor evitarlos proponga y procure la persona con sanctos ejercicios adquirir y tener las siete virtudes a ellos contrarias.

## [246] 3ª SOBRE LAS POTENCIAS DEL ANIMA.

**Modo.** En las tres potencias del ánima se guarde la misma orden y regla que en los mandamientos, haciendo su adición, oración preparatoria y coloquio.

## [247] 4ª SOBRE LOS CINCO SENTIDOS CORPORALES

**Modo.** Cerca los cinco sentidos corporales se tendrá siempre la misma orden, mudando la materia dellos.

[248] **Nota.** Quien quiere imitar en el uso de sus sentidos a Christo nuestro Señor, encomiéndose en la oración preparatoria a su divina majestad; y después de considerado en cada un sentido, diga un Ave María o un Pater noster, y quien quisiere imitar en el uso de los

sentidos a nuestra Señora, en la oración preparatoria se encomiende a ella, para que le alcance gracia de su Hijo y Señor para ello; y después de considerado en cada un sentido, diga un Ave María.

## [249] SEGUNDO MODO DE ORAR ES CONTEMPLANDO LA SIGNIFICACION DE CADA PALABRA DE LA ORACION.

[250] **Adición.** La misma adición que fue en el primer modo de orar (número [239]) será en este segundo.

[251] **Oración.** La oración preparatoria se hará conforme a la persona a quien se endereza la oración.

[252] 2ª **modo de orar.** El segundo modo de orar es que la persona, de rodillas o asentado, según la mayor disposición en que se halla y más devoción le acompaña, teniendo los ojos cerrados o hincados en un lugar sin andar con ellos variando, diga Pater, y esté en la consideración desta palabra tanto tiempo, quanto halla significaciones, comparaciones, gustos y consolación en consideraciones pertinentes a la tal palabra, y de la misma manera haga en cada palabra del Pater noster o de otra oración cualquiera que desta manera quisiere orar.

[253] 1ª **regla.** La primera regla es que estará de la manera ya dicha una hora en todo el Pater noster, el qual acabado, dirá un Ave María, Credo, Anima Christi y Salve Regina vocal o mentalmente, según la manera acostumbrada.

[254] 2ª **regla.** La segunda regla es que si la persona que contempla el Pater noster hallare en una palabra o en dos tan buena materia



que pensar y gusto y consolación, no se cure pasar adelante, aunque se acaba la hora en aquello que halla, la qual acabada, dirá la resta del Pater noster en la manera acostumbrada.

[255] 3º **regla.** La tercera es, que si en una palabra o en dos del Pater noster se detuvo por una hora entera, otro día quando querrá tornar a la oración, diga la sobredicha palabra o las dos según que suele; y en la palabra que se sigue inmediatamente comience a contemplar, según que se dixo en la segunda regla.

[256] 1ª **nota.** Es de advertir que acado el Pater noster en uno o en muchos días, se ha de hacer lo mismo con el Ave María y después con las otras oraciones, de forma que por algún tiempo siempre se exercite en una dellas.

[257] 2ª **nota.** La 2ª nota es que acabada la oración, en pocas palabras convirtiéndose a la persona a quien ha orado, pida las virtudes o gracias de las quales siente tener más necesidad.

### [258] TERCER MODO DE ORAR SERA POR COMPAS.

**Adición.** La adición será la misma que fue en el primero y segundo modo de orar.

**Oración.** La oración preparatoria será como en el segundo modo de orar.

3º **modo de orar.** El tercero modo de orar es que con cada un anhelito o resollo se ha de orar mentalmente diciendo una palabra del Pater noster o de otra oración que se rece, de manera que una sola palabra se diga entre un anhelito y otro, y mientras durare el tiempo de un anhelito a otro, se mire principalmente en la significación de la tal palabra, o en la perso-

na a quien reza, o en baxeza de sí mismo, o en la diferencia de tanta alteza a tanta baxeza propia; y por la misma forma y regla procederá en las otras palabras del Pater noster; y las otras oraciones, es a saber: Ave María, *Anima Christi*, *Credo* y *Salve Regina* hará según que suele.

[259] 1ª **regla.** La primera es que en el otro día o en otra hora que quiera orar, diga el Ave María por compás, y las otras oraciones según que suele, y así conseqüentemente procediendo por las otras.

[260] 2ª **regla.** La segunda es que quien quisiere detenerse más en la oración por compás, puede decir todas las sobredichas oraciones o parte dellas llevando la misma orden del anhelito por compás, como está declarado.

### [261] LOS MISTERIOS DE LA VIDA DE CRISTO NUESTRO SEÑOR.

**Nota.** Es de advertir en todos los misterios siguientes, que todas las palabras que están incluidas en parenthesis son del mismo Evangelio, y no las que están de fuera; y en cada misterio por la mayor parte hallarán tres puntos para meditar y contemplar en ellos con mayor facilidad.

### [262] DE LA ANUNCIACION DE NUESTRA SEÑORA ESCRIBE SANT LUCAS EN EL PRIMERO CAPITULO, V. 26-38.

1º El primer punto es que el ángel Sant Gabriel, saludando a nuestra Señora, le sinificó la concepción de Christo nuestro Señor: (*Entrando el ángel adonde estaba María, la*

*saludó, diciéndole: Dios te salve, llena de gracia; concebirás en tu vientre y parirás un hijo).*

2º El segundo: confirma el ángel lo que dixo a nuestra Señora, significando la concepción de Sant Joan Baptista, diciéndole: (*Y mira que Elisabet, tu parienta, ha concebido un hijo en su vejez).*

3º El tercio: respondió al ángel nuestra Señora: (*He aquí la sierva del Señor; cúmplase en mí según tu palabra).*

### [263] DE LA VISITACION DE NUESTRA SEÑORA A ELISABET DICE SANT LUCAS EN EL PRIMERO CAPITULO, V. 39-56.

1º Primero: como nuestra Señora visitase a Elisabet, Sant Joan Baptista, estando en el vientre de su madre, sintió la visitación que hizo nuestra Señora: (*Y como oyese Elisabet la salutación de nuestra Señora, gozóse el niño en el vientre della, y llena del Spiritu Sancto, Elisabet exclamó con una gran voz y dixo: bendita seas tú entre las mugeres, y bendito sea el fruto de tu vientre).*

2º Segundo: Nuestra Señora canta el cántico diciendo: (*Engrandece mi ánima al Señor).*

3º Tercio: (*María estuvo con Elisabet quasi tres meses, y después se tornó a su casa).*

### [264] DEL NACIMIENTO DE CRISTO NUESTRO SEÑOR DICE SANT LUCAS EN EL CAPITULO II, V. 1-14.

1º Primero: Nuestra Señora y su esposo Joseph van de Nazareth a Bethlém: (*Ascendió Joseph de Galilea a Bethlém, para conocer subiección a César con María su esposa y*



muger ya preñada).

2º 2º: *(Parió su Hijo primogénito y lo envolvió con paños y lo puso en el pesebre).*

3º 3º: *(Llegó una multitud de ejército celestial que decía: gloria a Dios en los cielos).*

## [265] DE LOS PASTORES ESCRIBE SANT LUCAS EN EL CAPITULO II, V. 8-20.

Primero: La natividad de Christo nuestro Señor se manifiesta a los pastores por el ángel: *(Manifiesto a vosotros grande gozo, porque hoy es nascido el Salvador del mundo).*

2º: Los pastores van a Bethlén: *(venieron con prisa y hallaron a María y a Joseph y al Niño puesto en el pesebre).*

3º: *(Tornaron los pastores glorificando y laudando al Señor).*

## [266] DE LA CIRCUNCISION ESCRIBE SANT LUCAS EN EL CAPITULO II, V. 21.

1º Primero: circuncidaron al Niño Jesús.

2º 2º: *(El nombre dél es llamado Jesús, el qual es nombrado del ángel antes de que en el vientre se concibiese).*

3º 3º: tornan el Niño a su Madre, la qual tenía compasión de la sangre que de su Hijo salía.

## [267] DE LOS TRES REYES MAGOS ESCRIBE SANT MATHEO EN EL CAPITULO II, V. 1-12.

1º Primero: los tres reyes magos, guiándose por la estrella, vinieron a adorar a Jesús,

diciendo: *(Vimos la estrella dél en oriente y venimos a adorarle).*

2º 2º: le adoraron y le offrescieron dones: *(Postrándose por tierra lo adoraron y le presentaron dones, oro, encienso y mirra).*

3º 3º: *(Recibieron respuesta estando dormiendo que no tornasen a Herodes, y por otra vía tornaron a su región).*

## [268] DE LA PURIFICACION DE NUESTRA SEÑORA Y REPRESENTACION DEL NIÑO JESU ESCRIBE SANT LUCAS, CAPITULO II, V. 22-39.

1º Primero: traen al Niño Jesús al templo, para que sea representado al Señor como primogénito, y offrescen por él *(un par de tórtolas o dos hijos de palomas).*

2º 2º: Simeón viniendo al templo *(tomólo en sus brazos),* diciendo: *(Agora Señor, dexa a tu siervo en paz).*

3º 3º: Anna *(veniendo después confessaba al Señor y hablaba del a todos los que esperaban la redempción de Israel).*

## [269] DE LA HUIDA A EGIPTO ESCRIBE SANT MATHEO EN EL CAPITULO II, V. 13-18.

1º Primero: Herodes quería matar al Niño Jesús, y así mató los inocentes y antes de la muerte dellos amonestó el ángel a Joseph que huyese a Egipto: *(Levántate y toma el Niño y a su Madre y huye a Egipto).*

2º 2º: Partióse para Egipto: *(El cual levantándose de noche partióse a Egipto).*

3º 3º: *(Estuvo allí hasta la muerte de Herodes).*

## [270] DE COMO CHRISTO NUESTRO SEÑOR TORNO DE EGIPTO ESCRIBE SANT MATHEO EN EL CAPITULO II, V. 19-23.

1º Primero: el ángel amonesta a Joseph para que torne a Israel: *(Levántate y toma el Niño y su Madre y ve a la tierra de Israel).*

2º 2º: *(Levantándose vino en la tierra de Israel).*

3º 3º: Porque reinaba Archelao, hijo de Herodes, en Judea, retráxose en Nazareth.

## [271] DE LA VIDA DE CHRISTO NUESTRO SEÑOR DESDE LOS DOCE AÑOS HASTA LOS TREINTA ESCRIBE SANT LUCAS EN EL CAPITULO II, V. 51-52.

1º Primero: era obediente a sus padres. 2º *(Aprovechaba en sapiencia, edad y gracia).*

3º Parece que exercitaba la arte de carpintero, como muestra significar Sant Marco en el caplo, sexto: *(¿Por ventura es éste aquel carpintero?).*

## [272] DE LA VENIDA DE CHRISTO AL TEMPLO QUANDO ERA DE EDAD DE DOCE AÑOS ESCRIBE SANT LUCAS EN EL CAPITULO II, V. 41-50.

1º Primero: Christo nuestro Señor de edad de doce años ascendió de Nazareth a Hierusalém.

2º 2º: Christo nuestro Señor quedó en Hierusalém, y no lo supieron sus parientes.



3º 3º: *Passados los tres días le hallaron disputando en el templo, y asentado en medio de los doctores, y demandándole sus padres dónde había estado, respondió: (¿no sabéis que en las cosas que son de mi Padre me conviene estar?).*

### [273] D E COMO CRISTO SE BAUTIZO ESCRIBE SANT MATHEO EN EL CAPITULO III, V. 13-17.

1º Primero: Christo nuestro Señor, después de haberse despedido de su bendita Madre, vino desde Nazareth al río Jordán, donde estaba San Joan Baptista.

2º 2º: San Joan baptizó a Christo nuestro Señor, y queriéndose escusar, reputándose indigno de lo baptizar, dícele Christo: *(Haz esto por el presente, porque así es menester que cumplamos toda la justicia).*

3º 3º: *(Vino el Spiritu Sancto y la voz del Padre, desde el cielo afirmando: Este es mi Hijo amado, del qual estoy muy satisfecho).*

### [274] D E COMO CRISTO FUE TENTADO ESCRIBE SANT LUCAS EN EL CAPITULO IV, V. 1-13, Y MATHEO, CAPITULO IV, V. 1-11.

1º Primero: después de haberse baptizado fue al desierto, donde ayunó quarenta días y quarenta noches.

2º 2º: fue tentado del enemigo tres veces: *(Llegándose a él el tentador le dice: Si tú eres Hijo de Dios, di que estas piedras se tornen en pan; échate de aquí abaxo; todo esto que vees te daré, si postrado en tierra me adoras).*

3º: *(Vinieron los ángeles y le servían).*

### [275] D EL LLAMAMIENTO DE LOS APOSTOLES.

1º Primero: tres veces parece que son llamados Sant Pedro y Sant Andrés: primero a cierta noticia; esto consta por Sant Joan en el primero capítulo; secundariamente a seguir en alguna manera a Christo con propósito de tornar a poseer lo que habían dexado, como dice Sant Lucas en el capítulo quinto; terciamente para seguir para siempre a Christo nuestro Señor, Sant Matheo en el cuarto capítulo, y Sant Marco en el primero.

2º 2º: Llamó a Philipo, como está en el primero capítulo de Sant Joan, y a Matheo, como el mismo Matheo dice en el nono capítulo.

3º 3º: Llamó a los otros apóstoles de cuya especial vocación no hace mención el Evangelio.

Y también tres cosas se han de considerar: la primera, cómo los apóstoles eran de ruda y baxa calidad; la segunda, la dignidad a la qual fueron tan suavemente llamados; la tercera, los dones y gracias por las quales fueron elevados sobre todos los padres del nuevo y viejo testamento.

### [276] D EL PRIMERO MILAGRO HECHO EN LAS BODAS DE CANA (GALILEA) ESCRIBE SANT JOAN, CAPITULO II, V. 1-11.

1º Primero: Fue convidado Christo nuestro Señor con sus discípulos a las bodas.

2º 2º: La Madre declara al Hijo la falta del vino diciendo: *(No tienen vino);* y mandó a los

servidores: *(Haced cualquiera cosa que os dixere).*

3º 3º: *(Convirtió el agua en vino, y manifestó su gloria, y creyeron en él sus discípulos).*

### [277] D E COMO CRISTO ECHO FUERA DEL TEMPLO LOS QUE VENDIAN ESCRIBE SANT JOAN, CAPITULO II, V. 13-22.

1º Primero: Echó todos los que vendían fuera del templo con un azote hecho de cuerdas.

2º 2º: Derrocó las mesas y dineros de los banqueros ricos que estaban en el templo.

3º 3º: A los pobres que vendían palomas mansamente dixo: *(Quítá estas cosas de aquí y no queráys hacer mi casa casa de mercadería).*

### [278] D EL SERMON QUE HIZO CRISTO EN EL MONTE ESCRIBE SANT MATHEO EN EL CAPITULO V.

1º Primero: a sus amados discípulos aparte habla de las ocho beatitudes: *(Bienaventurados los pobres de spiritu, los mansuetos, los misericordes, los que lloran, los que pasan hambre y sed por la justicia, los limpios de corazón, los pacíficos y los que padescen persecuciones).*

2º 2º: los exhorta para que usen bien de sus talentos: *(Assí vuestra luz alumbe delante los hombres, para que vean vuestras buenas obras, y glorifiquen vuestro Padre, el qual está en los cielos).*

3º 3º: se muestra no transgresor de la ley, mas consumidor, declarando el precepto de no matar, no fornicar, no perjurar y de amar a los enemigos: *(Yo os digo a vosotros que*



*améys a vuestros enemigos y hagáys bien a los que os oborrescen).*

[279] **D**E COMO CHRISTO NUESTRO SEÑOR HIZO SOSEGAR LA TEMPESTAD DEL MAR ESCRIBE SANT MATHEO, CAPITULO VIII, V. 23-27.

1º Primero: estando Christo nuestro Señor dormiendo en la mar, hizose una gran tempestad.

2º: Sus discípulos, atemorizados, lo despertaron, a los quales por la poca fe que tenían reprehende diciéndoles: (*¿Qué teméis, apocados de fe?*).

3º: mandó a los vientos y a la mar que cessassen, y así cessando se hizo tranquila la mar, de lo cual se maravillaron los hombres diciendo: (*¿Quién es éste, al qual el viento y la mar obedecen?*).

[280] **D**E COMO CHRISTO ANDABA SOBRE LA MAR ESCRIBE SANT MATHEO, CAPITULO XIV, V. 22-33.

1º Primero: estando Christo nuestro Señor en el monte, hizo que sus discípulos se fuesen a la navicilla, y despedida la turba comenzó a hacer oración solo.

2º: la navicilla era combatida de las ondas, a la qual Christo viene andando sobre el agua, y los discípulos pensaban que fuese fantasma.

3º: diciéndoles Christo: (*Yo soy, no queráis temer*). San Pedro, por su mandamiento, vino a él andando sobre el agua, el qual dudando comenzó a sampuzarse, mas Christo nuestro

Señor lo libró, y le reprehendió de su poca fe, y después entrando en la navicilla cessó el viento.

[281] **D**E COMO LOS APOSTOLES FUERON EMBIADOS A PREDICAR ESCRIBE SANT MATHEO, CAPITULO X, V. 1-16.

Primero: llama Christo a sus amados discípulos y dales potestad de echar los demonios de los cuerpos humanos y curar todas las enfermedades.

2º: Ensenálos de prudencia y paciencia: (*Mirar que os envío a vosotros como ovejas en medio de lobos; por tanto, sed prudentes como serpientes, y simples como palomas*).

3º: dales del modo de ir: (*No queráis poseer oro ni plata; lo que graciosamente recibis dadlo graciosamente*); y dióles materia de predicar: (*Yendo predicaréis diciendo: ya se ha acercado el reyno de los cielos*).

[282] **D**E LA CONVERSION DE LA MAGDALENA ESCRIBE SANT LUCAS, CAPITULO VII, V. 36-50.

Primero: entra la Magdalena adonde está Christo nuestro Señor asentado a la tabla en casa del fariseo, la qual traía un vaso de alabastro lleno de angüento.

2º 2º: estando detrás del Señor, acerca sus pies, con lágrimas los comenzó de regar, y con los cabellos de su cabeza los enxugaba, y besaba sus pies, y con ungüento los untaba.

3º 3º: como el fariseo acusase a la Magdalena, habla Christo en defensión della, diciendo: (*Perdónanse a ella muchos peccados, porque amó mucho; y dixo a la muger: tu fe te ha hecho salva, vete en paz*).

[283] **D**E COMO CHRISTO NUESTRO SEÑOR DIO A COMER A CINCO MIL HOMBRES ESCRIBE SANT MATHEO, CAPITULO XIV, V. 13-21.

1º Primero: los discípulos, como ya se hiciese tarde, ruegan a Christo que despidiera a la multitud de hombres, que con él eran.

2º 2º: Christo nuestro Señor mandó que le truxesen panes, y mandó que se asentassen a la tabla, y bendixo, y partió, y dio a sus discípulos los panes, y los discípulos a la multitud.

3º 3º: (*Comieron y hartáronse, y sobraron doce espuelas*).

[284] **D**E LA TRANSFIGURACION DE CHRISTO ESCRIBE SANT MATHEO, CAPITULO XVII, V. 1-9.

1º Primero: tomando en compañía Christo nuestro Señor a sus amados discípulos Pedro, Jacobo y João, transfiguróse, y su cara resplandecía como el sol, y sus vestidos como la nieve.

2º 2º: Hablaba con Moysé y Helia.

3º 3º: diciendo Sant Pedro que hiciesen tres tabernáculos, sonó una voz del cielo que decía: (*Este es mi Hijo amado, oídle*); la qual voz, como sus discípulos la oyeron, de temor cayeron sobre las caras, y Christo nuestro Señor tocóles y díxoles: (*Levantaos y no tengáis temor; a ninguno digáis esta visión, hasta que el Hijo del hombre resucite*).

[285] **D**E LA RESURRECCION DE LAZARO, JOANNES, CAPITULO XI, V. 1-45.



1º Primero: hacen saber a Christo nuestro Señor Marta y María la enfermedad de Lázaro, la qual sabida se detuvo por dos días, para que el milagro fuese más evidente.

2º 2º: antes que lo resuscite pide a la una y a la otra que crean diciendo: *(Yo soy resurrección y vida; el que cree en mí, aunque sea muerto, vivirá)*.

3º 3º: lo resucita después de haber llorado y hecho oración; y la manera de resucitarlo fue mandando: *(Lázaro, ven fuera)*.

## [286] D E LA CENA EN BETHANIA, MATHEO, CAPITULO XXVI, V. 6-10.

1º Primero: el Señor cena en casa de Simón el leproso, juntamente con Lázaro.

2º 2º: derrama María el ungüento sobre la cabeza de Christo.

3º 3º: murmura Judas, diciendo: *(¿Para qué es esta perdición de engüento?)*; mas él escusa otra vez a Magdalena diciendo: *(¿Por qué soys enojosos a esta muger, pues que ha hecho una buena obra conmigo?)*.

## [287] D OMINO DE RAMOS, MATHEO, CAPITULO XXI, V. 1-17.

1º Primero: el Señor envía por el asna y el pollino diciendo: *(Desatadlos y traédme los; si alguno os dixere alguna cosa, decid que el Señor los ha menester, y luego los dexará)*.

2º 2º: subió sobre el asna cubierta con las vestiduras de los apóstoles.

3º 3º: le salen a recibir tendiendo sobre el camino sus vestiduras y los ramos de los árboles y diciendo: *(Sálvanos, Hijo de David; bendito el que viene en nombre del Señor, Sálvanos en las alturas)*.

## [288] D E LA PREDICACION EN EL TEMPLO, LUC., CAPITULO XIX, V. 47-48.

1º Primero: estaba cada día enseñando en el templo.

2º 2º: acabada la predicación, porque no había quien lo rescibiese en Hierusalém, se volvía a Bethania.

## [289] D E LA CENA, MATHEO, XXVI, V. 20-30: JOAN, XIII, V. 1-30.

1º Primero: comió el cordero pascual con sus doce apóstoles, a los cuales les predixo su muerte: *(En verdad os digo que uno de vosotros me ha de vender)*.

2º 2º: lavó los pies de los discípulos, hasta los de Judas, comenzando de Sant Pedro, el qual, considerando la majestad del Señor y su propia baxeza, no queriendo consentir, decía *(Señor, ¿tú me lavas a mí los pies?)*; mas Sant Pedro no sabía que en aquello daba exemplo de humildad, y por eso dixo: *(Yo os he dado exemplo, para que hagáis como yo hice)*.

3º 3º: instituyó el sacratísimo sacrificio de la eucaristía, en grandissima señal de su amor, diciendo: *(Tomad y comed)*. Acabada la cena, Judas se sale a vender a Christo nuestro Señor.

## [290] D E LOS MISTERIOS HECHOS DESDE LA CENA HASTA EL HUERTO INCLUSIVE, MATHEO, CAPITULO XXVI, V. 30-46; Y MARCO, CAPIT. XIV, V. 26-42.

1º Primero: el Señor, acabada la cena y cantando el himno, se fue al monte Oliveti con sus discípulos llenos de miedo; y dexando los ocho en Gethsemani, diciendo: *(Sentaos aquí hasta que vaya allí a orar)*.

2º 2º: acompañado de Sant Pedro, Sant Tiago y Sant Joán, oró tres veces al Señor, diciendo: *(Padre, si se puede hacer, pase de mí este cáliz; con todo, no se haga mi voluntad, sino la tuya; y estando en agonía oraba más prolixamente)*.

3º 3º: vino en tanto temor, que decía: *(Triste está ni ánima hasta la muerte)*; y sudó sangre tan copiosa, que dice Sant Lucas: *(Su sudor era como gotas de sangre que corrían en tierra)*, lo cual ya supone las vestiduras estar llenas de sangre.

## [291] D E LOS MISTERIOS HECHOS DESDE EL HUERTO HASTA LA CASA DE ANAS INCLUSIVE, MATHEO, XXVI, V. 47-58: LUCAS, XXII, 47-54; MARCOS, CAPITULO XIV, 43-68.

1º Primero: el Señor se dexa besar de Judas, y prender como ladrón, a los cuales dixo: *(Como a ladrón me habéis salido a prender, con palos y armas, quando cada día estaba con vosotros en el templo, enseñando, y no me prendisteis)*; y diciendo: *(¿A quién buscáis?)* cayeron en tierra los enemigos.

2º 2º: San Pedro hirió a un siervo del pontífice, al qual el mansueto Señor dice: *(Torna tu espada en su lugar)*, y sanó la herida del siervo.

3º 3º: desamparado de sus discípulos es llevado a Anás, adonde San Pedro, que le había seguido desde lexos, lo negó una vez y a Christo le fue dada una bofetada diciéndole: *(¿Así respondes al Pontífice?)*.



[292] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE CASA DE ANAS  
HASTA LA CASA DE CAYPHAS  
INCLUSIVE, MATHEO, XXVI: MARCOS,  
XIV: LUCAS, XXII, JOAN, CAPITULO  
XVIII.

1º Primero: lo llevan atado desde casa de Anás a casa de Cayphás, adonde Sant Pedro lo negó dos veces; y mirado del Señor (*saliedo fuera lloró amargamente*).

2º 2º: estuvo Jesús toda aquella noche atado.

3º 3º: aliende desto los que lo tenían preso se burlaban dél, y le herían, y le cubrían la cara, y le daban de bofetadas; y le preguntaban: (*Prophetiza nobis quién es el que te hiere; y semejantes cosas blasphemaban contra él*).

[293] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE LA CASA DE  
CAYPHAS HASTA LA DE PILATO  
INCLUSIVE, MATHEO, XXVII: LUC.,  
XXIII: MARCOS, XV.

1º Primero: lo llevan toda la multitud de judíos a Pilato, y delante dél lo acusan diciendo: (*A éste habemos hallado que echaba a perder nuestro pueblo y vedaba pagar tributo a César*).

2º 2º: después de habello Pilato una vez y otra examinado, Pilato dice: (*Yo no hallo culpa ninguna*).

3º 3º: le fue preferido Barrabás, ladrón: (*Dieron voces todos diciendo: no dexes a éste, sino a Barrabás*).

[294] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE LA CASA DE PILATO  
HASTA LA DE HERODES, LUCAS,  
XXIII, V. 6-11.

1º Primero: Pilato envió a Jesús galileo a Herodes, tetrarca de Galilea.

2º 2º: Herodes, curioso, le preguntó largamente; y Él ninguna cosa le respondía, aunque los escribas y sacerdotes le acusaban constantemente.

3º 3º: Herodes lo despreció con su ejército, vestiéndole con una veste blanca.

[295] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE CASA DE HERODES  
HASTA LA DE PILATO, MATHEO,  
XXVII: LUCAS, XXIII: MARCOS, XV,  
ET JOAN, XIX.

1º Primero: Herodes lo torna a enviar a Pilato, por lo cual son hechos amigos que antes estaban enemigos.

2º 2º: tomó a Jesús Pilato, y azotólo, y los soldados hicieron una corona de espinas, y pusiéronla sobre su cabeza, y vestiéronle de púrpura, y venían a él y decían: (*Dios te salve rey de los judíos*); (*y dábanle de bofetadas*).

3º 3º: lo sacó fuera en presencia de todos: (*Salió, pues, Jesús fuera coronado de espinas y vestido de grana; y díxoles Pilato: E aquí el hombre*); y como lo vieses los pontífices, daban voces diciendo: (*Crucifica, crucificalo*).

[296] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE CASA DE PILATO  
HASTA LA CRUZ INCLUSIVE, JOAN,  
XIX, V. 13-22.

1º Primero: Pilato, sentado como juez, les cometiò a Jesús, para que le crucificasen, después que los judíos lo habían negado por rey diciendo: (*No tenemos rey, sino a César*).

2º 2º: llevaba la cruz a cuesta, y no pudiéndola llevar, fue constreñido Simón cirenense para que la llevase detrás de Jesús.

3º 3º: lo crucificaron en medio de dos ladrones, poniendo este título: (*Jesús Nazareno, rey de los judíos*).

[297] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS EN LA CRUZ, JOAN, XIX,  
V. 23-37.

1º Primero: habló siete palabras en la cruz: rogó por los que le crucificaban; perdonó al ladrón, encomendó a San Joan a su Madre, y a la Madre a San Joan; dixo con alta voz (*Sitio*); y diéronle hiel y vinagre; dixo que era desmanparado; dixo: (*Acabado es*); dixo (*Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu*).

2º 2º: el sol fue escurecido; las piedras, quebradas; las sepulturas, abiertas; el velo del templo, partido en dos partes de arriba abaxo.

3º 3º: blasphemándole diciendo: (*Tú eres el que destruyes el templo de Dios; baxa de la cruz*); fueron divididas sus vestiduras; herido con la lanza, su costado manó agua y sangre.

[298] **D**E LOS MISTERIOS  
HECHOS DESDE LA CRUZ HASTA EL  
SEPULCHRO INCLUSIVE, IBIDEM.

1º Primero: fue quitado de la cruz por Joseph y Nicodemo, en presencia de su Madre dolorosa.



2º 2º: Fue llevado el cuerpo al sepulchro y untado y sepultado.

3º 3º: fueron puestas guardas.

### [299] DE LA RESURRECCION DE CRISTO NUESTRO SEÑOR: DE LA PRIMERA APARICION SUYA.

1º Primero: apareció a la Virgen María, lo qual aunque no se diga en la Escritura, se tiene por dicho, en decir que apareció a tantos otros; porque la Escritura supone que tenemos entendimiento, como está escrito: (*¿También vosotros estáys sin entendimiento?*).

### [300] DE LA 2ª APARICION, MARCO, CAPITULO XVI, V. 1-11.

1º Primero: van muy de mañana María Magdalena, Jacobi y Salomé al monumento, diciendo: (*¿Quién nos alzará la piedra de la puerta del monumento?*).

2º 2º: veen la piedra alzada y al ángelo que dice: (*A Jesús nazareno buscáis; ya es resucitado, no está aquí*).

3º 3º: apareció a María, la qual se quedó cerca del sepulchro, después de idas las otras.

### [301] DE LA 3ª APARICION, SANT MATHEO, ULTIMO CAPITULO.

1º Primero: salen estas Marías del monumento con temor y gozo grande, queriendo anunciar a los discípulos la resurrección del Señor.

2º 2º: Christo nuestro Señor se les apareció en el camino, diciéndoles: (*Dios os salve*); y ellas llegaron y pusieron a sus pies y adoráronlo.

3º 3º: Jesús les dice: (*No temáys; id y decid a mis hermanos que vayan a Galilea, porque allí me verán*).

### [302] DE LA 4ª APARICION, CAPITULO ULTIMO DE LUC., V. 9-12; 33-34.

1º Primero: oído de las mugeres que Christo era resucitado, fue de presto Sant Pedro al monumento.

2º 2º: entrando en el monumento vio solos los paños con que fue cubierto el cuerpo de Christo nuestro Señor y no otra cosa.

3º 3º: pensando Sant Pedro en estas cosas se le apareció Christo y por eso los apóstoles decían: (*Verdaderamente el Señor ha resucitado y aparecido a Simón*).

### [303] DE LA 5ª APARICION EN EL CAPITULO DE SAN LUCAS.

1º Primero: se aparece a los discípulos que iban a Emaús hablando de Christo.

2º 2º: los reprehende mostrando por las Escrituras que Christo había de morir y resucitar: (*¡Oh necios y tardos de corazón para creer todo lo que han hablado los prophetas! ¿No era necesario que Christo padeciese, y así entrase en su gloria?*).

3º 3º: por ruego dellos se detiene allí y estuvo con ellos hasta que, en comulgándo los, desapareció; y ellos tornando, dixeron a los discípulos cómo lo habían conocido en la comunión.

### [304] DE LA 6ª APARICION, JOAN, CAPITULO XX, V. 19-23.

1º Primero: los discípulos estaban congregados (*por el miedo de los judíos*), excepto Sancto Thomás.

2º 2º: se les apareció Jesús estando las puertas cerradas, y estando en medio dellos dice: (*Paz con vosotros*).

3º 3º: dales el Espíritu Sancto diciéndoles: (*Recibid el Espíritu Sancto; aquellos que perdonáredes los peccados, les serán perdonados*).

### [305] DE LA 7ª APARICION, JOAN, XX, V. 24-29.

1º Primero: Sancto Thomás, incrédulo, porque era absente de la aparición precedente, dice: (*Si no lo viero, no lo creeré*).

2º 2º: se les aparece Jesús desde ahí a ocho dias, estando cerradas las puertas, y dice a Sancto Thomás: (*Mete aquí tu dedo, y ve la verdad, y no quieras ser incrédulo, sino fiel*).

3º 3º: Sancto Thomás creyó diciendo: (*Señor mio y Dios mio*); al qual dice Christo: (*Bienaventurados son los que no vieron y creyeron*).

### [306] DE LA 8ª APARICION, JOAN, CAPITULO ULTIMO, V. 1-17.

1º Primero: Jesús aparece a siete de sus discípulos que estaban pescando, los quales por toda la noche no habían tomado nada, y extendiendo la red por su mandamiento (*no podían sacalla por la muchedumbre de peces*).



2º 2º: por este milagro Sant Joan lo conoció, y dixo a Sant Pedro: *(El Señor es)* el qual se echó en la mar y vino a Christo.

3º 3º: les dio a comer parte de un pez asado y un panar de miel; y encomendó las ovejas a Sant Pedro, primero examinando tres veces de la charidad, y le dice: *(Apacienta mis ovejas)*.

[307] **D**E LA 9ª APARICION, MATHEO, CAPITULO ULTIMO, V. 16-20.

1º Primero: los discípulos, por mandado del Señor, van al monte Thabor.

2º 2º: Christo se les aparece y dice: *(Dada me es toda potestad en cielo y en tierra)*.

3º 3º: los embió por todo el mundo a predicar, diciendo: *(Id y enseñad todas las gentes bautizándolas en nombre del Padre y del Hijo y del Spiritu Sancto)*.

[308] **D**E LA 10ª APARICION EN LA PRIMERA EPISTOLA A LOS CORINTHIOS, CAPITULO XV, V. 6.

*(Después fue visto de más de 500 hermanos juntos)*.

[309] **D**E LA 11ª APARICION EN LA PRIMERA EPISTOLA A LOS CORINTHIOS, CAPITULO XV, V. 7.

*(Apareció después a Santiago)*.

[310] **D**E LA 12ª APARICION.

Apareció a Joseph abarimatia, como piamente se medita y se lee en la vida de los Santos.

[311] **D**E LA 13ª APARICION, 1ª EPISTOLA CORINTHIOS, CAPITULO XV, V. 8.

Apareció a Sant Pablo después de la Ascensión *(finalmente a mí como abortivo se me apareció)*.

Apareció también en ánima a los padres santos del limbo y después de sacados y tornado a tomar el cuerpo, muchas veces apareció a los discípulos y conversaba con ellos.

[312] **D**E LA ASCENSION DE CRISTO NUESTRO SEÑOR, ACT. I, V. 1-12.

1º Primero: después que por espacio de quarenta días apareció a los apóstoles, haciendo muchos argumentos y señales y hablando del reyno de Dios, mandóles que en Hierusalén esperasen el Spiritu Sancto prometido.

2º 2º: sacólos al monte Olibeti *(y en presencia dellos fue elevado y una nube le hizo desaparecer de los ojos dellos)*.

3º 3º: mirando ellos al cielo les dicen los ángeles: *(Varones galileos, ¿qué estáis mirando al cielo?, este Jesús, el qual es llevado de vuestros ojos al cielo, así vendrá como le viste ir en el cielo)*.

[313] **R**EGLAS PARA EN ALGUNA MANERA SENTIR Y COGNOSKER LAS VARIAS MOCIONES QUE EN LA ANIMA SE CAUSAN: LAS BUENAS PARA RECIBIR, Y LAS MALAS PARA LANZAR: Y SON MAS PROPIAS PARA LA PRIMERA SEMANA.

[314] 1ª regla. La primera regla: en las personas que van de peccado mortal en peccado mortal, acostumbra comúnmente el enemigo proponerles placeres aparentes, haciendo imaginar delectaciones y placeres sensuales, por más los conservar y aumentar en sus vicios y peccados; en las cuales personas el buen espíritu usa contrario modo, punzándoles y remordiéndoles las consciencias por el sínidrese de la razón.

[315] 2ª regla. La segunda: en las personas que van intensamente purgando sus peccados, y en el servicio de Dios nuestro Señor de bien en mejor subiendo, es el contrario modo que en la primera regla; porque entonces propio es del mal espíritu morder, tristar y poner impedimentos inquietando con falsas razones, para que no pase adelante; y propio del bueno dar ánimo y fuerzas, consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, facilitando y quitando todos impedimentos, para que en el bien obrar proceda adelante.

[316] 3ª regla. La tercera de consolación spiritual: llamo consolación quando en el ánima se causa alguna moción interior, con la



qual viena la ánima a inflamarse en amor de su Criador y Señor, y conseqüenter quando ninguna cosa criada sobre la haz de la tierra puede amar en sí, sino en el Criador de todas ellas. Assimismo quando lanza lágrimas moti-vas a amor de su Señor, agora sea por el dolor de sus peccados, o de la pasión de Christo nuestro Señor, o de otras cosas derechamente ordenadas en su servicio y alabanza; finalmente, llamo consolación todo aumento de esperanza, fee y caridad y toda leticia interna que llama y atrae a las cosas celestiales y a la propia salud de su ánima, quietándola y pacificándola en su Criador y Señor.

[317] 4ª **regla.** La quarta de desolación spí-ritual: llamo desolación todo el contrario de la tercera regla; así como escuridad del ánima, turbación en ella, moción a las cosas baxas y terrenas, inquietud de varias agitaciones y tentaciones, moviendo a infidencia, sin espe-ranza, sin amor, hallándose toda perezosa, tibia, triste y como separada de su Criador y Señor. Porque así como la consolación es contraria a la desolación, de la misma manera los pensamientos que salen de la consolación son contrarios a los pensamientos que salen de la desolación.

[318] 5ª **regla.** La quinta: en tiempo de desolación nunca hacer mudanza, mas estar firme y constante en los propósitos y determinación en que estaba el día antece-dente a la tal desolación, o en la determina-ción en que estaba en la antecedente consola-ción. Porque así como en la consolación nos guía y aconseja más el buen espíritu, así en la desolación el malo, con cuyos consexos no podemos tomar camino para acertar.

[319] 6ª **regla.** La sexta: dado que en la desolación no debemos mudar los primeros propósitos, mucho aprovecha el intenso mu-darse contra la misma desolación, así como es en instar más en la oración, meditación, en mucho examinar y en alargarnos en algún modo conveniente de hacer penitencia.

[320] 7ª **regla.** La séptima: el que está en desolación, considere cómo el Señor le ha dexado en prueba en sus potencias naturales, para que resista a las varias agitaciones y tentaciones del enemigo; pues puede con el auxilio divino, el qual siempre le queda, aun-que claramente no lo sienta; porque el Señor le ha abstraído su mucho hervor, crecido amor y gracia intensa, quedándole también gracia suficiente para la salud eterna.

[321] 8ª **regla.** La octava: el que está en desolación, trabaxe de estar en paciencia, que es contraria a las vexaciones que le vien-nen, y piense que será presto consolado, po-niendo las diligencias contra la tal desola-ción, como está dicho en la sexta regla.

[322] 9ª **regla.** La nona: tres causas princi-pales son por que nos hallamos desolados: la primera es por ser tibios, perezosos o negli-gentes en nuestros ejercicios espirituales, y así por nuestras faltas se alexa la consolación spí-ritual de nosotros; la segunda, por probar-nos para cuánto somos, y en cuánto nos alar-gamos en su servicio y alabanza, sin tanto estipendo de consolaciones y crescidas gra-cias; la tercera, por darnos vera noticia y cog-noscimiento para que internamente sintamos

que no es de nosotros traer o tener devoción crescida, amor intenso, lágrimas ni otra algu-na consolación spí-ritual, mas que todo es don y gracia de Dios nuestro Señor, y porque en cosa ajena no pongamos nido, alzando nues-tro entendimiento en alguna soberbia o gloria vana, atribuyendo a nosotros la devoción o las otras partes de la spí-ritual consolación.

[323] 10ª **regla.** La décima: el que está en consolación piense cómo se habrá en la desolación que después vendrá, tomando nuevas fuerzas para entonces.

[324] 11ª **regla.** La undécima: el que está consolado procure humillarse y baxarse quanto puede, pensando cuán para poco es en el tiempo de la desolación sin la tal gracia o consolación. Por el contrario, piense el que está en desolación que puede mucho con la gracia y suficiente para resistir a todos sus enemigos, tomando fuerzas en su Criador y Señor.

[325] 12ª **regla.** La duodécima: el enemigo se hace como muger en ser flaco por fuerza y fuerte de grado; porque así como es propio de la muger, quando riñe por algún varón, perder ánimo, dando huida quando el hombre le muestra mucho rostro; y por el contrario, si el varón comienza a huir perdiendo ánimo, la ira, venganza y ferocidad de la muger es muy crescida y tan sin mesura; de la misma mane-ra es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo, dando huida sus tentaciones, quando la persona que se exercita en las co-sas spí-rituales pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo haciendo el oppósi-to per diametrum; y por el contrario, si la



persona que se exercita comienza a tener temor y perder ánimo en sufrir las tentaciones, no hay bestia tan fiera sobre la haz de la tierra como el enemigo de natura humana, en persecución de su dañada intención con tan crecida malicia.

[326] 13ª **regla.** La terdecima: assimismo se hace como vano enamorado en querer ser secreto y no descubierto: porque así como el hombre vano, que hablando a mala parte requiere a una hija de un buen padre, o a una muger de buen marido, quiere que sus palabras y suaciones sean secretas; y el contrario le displace mucho, quando la hija al padre o la muger al marido descubre sus vanas palabras y intención depravada, porque fácilmente collige que no podrá salir con la impresa comenzada: de la misma manera, quando el enemigo de natura humana trae sus astucias y suaciones a la ánima justa, quiere y desea que sean recibidas y tenidas en secreto; mas quando las descubre a su buen confessor o a otra persona *spiritual*, que conosca sus engaños y malicias, mucho le pesa: porque collige que no podrá salir con su malicia comenzada, en ser descubiertos sus engaños manifestos.

[327] 14ª La quatuordécima: assimismo se hace como un caudillo, para vencer y robar lo que desea; porque así como un capitán y caudillo del campo, asentando su real y mirando las fuerzas o disposición de un castillo, le combate por la parte más flaca; de la misma manera el enemigo de natura humana, rodeando mira en torno todas nuestras virtudes theologales, cardinales y morales; y por donde nos halla más flacos y más necesitados para nuestra salud eterna, por allí nos bate y procura tomarnos.

## [328] REGLAS PARA EL MISMO EFECTO CON MAYOR DISCRECIÓN DE SPIRITUS, Y CONDUCEN MAS PARA LA SEGUNDA SEMANA.

[329] 1ª **regla.** La primera: propio es de Dios y de sus ángeles en sus mociones dar verdadera alegría y gozo *spiritual*, quitando toda tristeza y turbación, que el enemigo induce; del qual es proprio militar contra la tal alegría y consolación *spiritual*, trayendo razones aparentes, sotilezas y assiduas falacias.

[330] 2ª **regla.** La segunda: sólo es de Dios nuestro Señor dar consolación a la ánima sin causa precedente; porque es proprio del Criador entrar, salir, hacer moción en ella, trayéndola toda en amor de la su divina majestad. Digo sin causa, sin ningún previo consentimiento o conocimiento de algún obiecto, por el qual venga la tal consolación mediante sus actos de entendimiento y voluntad.

[331] 3ª **regla.** La tercera: con causa puede consolar al ánima así el buen ángel como el malo, por contrario fines: el buen ángel, por provecho del ánima, para que crezca y suba de bien en mejor; y el mal ángel para el contrario, y adelante para traerla a su dañada intención y malicia.

[332] 4ª **regla.** La quarta: propio es del ángel malo, que se forma sub *angelo lucis*, entrar con la ánima devota, y salir consigo; es a saber, traer pensamientos buenos y sanctos conforme a la tal ánima justa, y después, poco a pocos, procura de salirse trayendo a la ánima a sus engaños cubiertos y perversas intenciones.

[333] 5ª **regla.** La quinta: debemos mucho advertir el discurso de los pensamientos; y si el principio, medio y fin es todo bueno, inclinado a todo bien, señal es de buen ángel; mas si en el discurso de los pensamientos que trae, acaba en alguna cosa mala o distractiva, o menos buena que la que el ánima antes tenía propuesta de hacer, o la enflaquece o inquietta o conturba a la ánima, quitándola su paz, tranquilidad y quietud que antes tenía, clara señal es proceder de mal espíritu, enemigo de nuestro provecho y salud eterna.

[334] 6ª **regla.** La sexta: quando el enemigo de natura humana fuere sentido y conocido de su cola serpentina y mal fin a que induce, aprovecha a la persona que fue dél tentada, mirar luego en el discurso de los buenos pensamientos que le truxo, y el principio dellos, y cómo poco a poco procuró hacerla descender de la suavidad y gozo *spiritual* en que estaba, hasta traerla a su intención depravada; para que con la tal experiencia conocida y notada, se guarde para delante de sus acostumbrados engaños.

[335] 7ª **regla.** La séptima: en los que proceden de bien en mejor, el buen ángel toca a la tal ánima dulce, leve y suavemente, como gota de agua que entra en una esponja; y el malo toca agudamente y con sonido y inquietud, como quando la gota de agua cae sobre la piedra; y a los que proceden de mal en peor, tocan los sobredichos *spiritus* contrario modo; cuya causa es la disposición del ánima ser a los dichos ángeles contraria o simile; porque quando es contraria, entran con estrépito y con sentidos, perceptiblemente; y quando es simile, entra con silencio como en propria casa a puerta abierta.





[336] 8ª **regla.** La octava: quando la consolación es sin causa, dado que en ella no haya engaño por ser de sólo Dios nuestro Señor, como está dicho, pero la persona spiritual, a quien Dios da la tal consolación, debe con mucha vigilancia y atención, mirar y discernir el propio tiempo de la tal actual consolación, del siguiente en que la ánima queda caliente, y favorecida con el favor y reliquias de la consolación passada; porque muchas veces en este segundo tiempo por su propio discurso de hábitos y consecuencias de los conceptos y juicios, o por el buen espíritu o por el malo forma diversos propósitos y paresceres, que no son dados inmediatamente de Dios nuestro Señor; y por tanto han menester ser mucho bien examinados, antes que se les dé entero crédito ni que se pongan en efecto.

### [337] **EN EL MINISTERIO DE DISTRIBUIR LIMOSNAS SE DEBEN GUARDAR LAS REGLAS SIGUIENTES.**

[338] 1ª **regla.** La primera: si yo hago la distribución a parientes o amigos o a personas a quien estoy aficionado, tendré quatro cosas que mirar, de las cuales se ha hablado en parte en la materia de elección. La primera es que aquel amor que me mueve y me hace dar la limosna, descienda de arriba, del amor de Dios nuestro Señor; de forma que sienta primero en mí que el amor más o menos que tengo a las tales personas, es por Dios, y que en la causa por que más las amo reluzca Dios.

[339] 2ª **regla.** La segunda: quiero mirar a un hombre que nunca he visto ni conocido; y deseando yo toda su perfección en el ministerio y estado que tiene como yo querría que él tuviese medio en su manera de distribuir, para mayor gloria de Dios nuestro Señor y mayor perfección de su ánima; yo haciendo así, ni más ni menos, guardaré la regla y medida que para el otro querría y juzgo seer tal.

[340] 3ª **regla.** La tercera: quiero considerar como si estuviese en el artículo de la muerte, la forma y medida que entonces querría haber tenido en el officio de mi administración; y relándome por aquélla, guardarla en los actos de la mi distribución.

[341] 4ª **regla.** La quarta: mirando cómo me hallaré el día del juicio, pensar bien cómo entonces querría haber usado deste officio y cargo del ministerio; y la regla que entonces querría haber tenido, tenerla agora.

[342] 5ª **regla.** La quinta: cuando alguna persona se siente inclinada y aficionada a algunas personas, a las cuales quiere distribuir, se detenga y rume bien las quatro reglas sobredichas, examinando y probando su affección con ellas; y no dé la limosna, hasta que conforme a ellas su dessordenada affección tenga en todo quitada y lanzada.

[343] 6ª **regla.** La sexta: dado que no hay culpa en tomar los bienes de Dios nuestro Señor para distribuirlos, quando la persona es llamada de nuestro Dios y Señor para el tal ministerio; pero en el cuánto y cantidad de lo que ha de tomar y aplicar para sí mismo de lo que tiene para dar a otros, hay duda de culpa y exceso; por tanto, se puede reformar en su vida y estado por las reglas sobredichas.



[344] 7ª **regla.** La séptima: por las razones ya dichas y por otras muchas, siempre es mejor y más seguro, en lo que a su persona y estado de casa toca, quanto más se cercenare y disminuir, y quanto más se acercare a nuestro summo pontífice, dechado y regla nuestra, que es Christo nuestro Señor. Conforme a lo qual el tercero concilio carthaginiense (en el qual estuvo Sancto Augustín) determina y manda que la suppeléctile del obispo sea vil y pobre. Lo mismo se debe considerar en todos modos de vivir, mirando y proporcionando la condición y estado de las personas; como en matrimonio tenemos exemplo del Sancto Joaquín y de Sancta Anna, los quales partiendo su hacienda en tres partes, la primera daban a pobres, la segunda al ministerio y servicio del templo, la tercera tomaban para la sustentación dellos mismos y de su familia.

**P**ARA SENTIR Y ENTENDER  
ESCRÚPULOS Y SUASIONES DE  
NUESTRO ENEMIGO, AIUDAN LAS  
NOTAS SIGUIENTES.

[346] 1ª **nota.** La primera: llaman vulgarmente escrúpulo, el que procede de nuestro proprio juicio y libertad, es a saber, quando yo libremente formo ser peccado lo que no es peccado; así como acaece que alguno después ha pisado una cruz de paja incidenter, forma con su proprio juicio que ha peccado, y éste es propriamente juicio erróneo y no proprio escrúpulo.

[347] 2ª **nota.** La segunda: después que yo he pisado aquella cruz, o después que he pensado o dicho o hecho alguna otra cosa, me viene un pensamiento de fuera que he peccado; y por otra parte, me parece que no

he peccado, tamen siento en esto turbación; es a saber, en quanto dudo y en quanto no dudo; este tal es proprio escrúpulo y tentación que el enemigo pone.

[348] 3ª **nota.** La tercera: el primer escrúpulo de la primera nota es mucho de aborrescer, porque es todo error; mas el segundo de la segunda nota, por algún espacio de tiempo no poco aprovecha al ánima que se da a spirituales ejercicios: antes en gran manera purga y alimpia a la tal ánima, separándola mucho de toda apariencia de peccado, justa illud Gregorii: bonarum mentium est ibi culpam cognoscere, ubi culpa nulla est.

[349] 4ª **nota.** La quarta: el enemigo mucho mira si una ánima es gruesa o delgada; y si es delgada, procura de más la adelgazar en extremo, para más la turbar y desbaratar; verbi gracia, si ve que una ánima no consiente en sí peccado mortal ni venial ni apariencia alguna de peccado deliberado, entonces el enemigo, quando no puede hacerla caer en cosa que parezca peccado, procura de hacerla formar peccado adonde no es peccado, así como en una palabra o pensamiento mínimo; si la ánima es gruesa, el enemigo procura de engrossarla más, verbi gracia, si antes no hacía caso de los peccados veniales, procurará que de los mortales haga poco caso, y si algún caso hacía antes, que mucho menos o ninguno haga agora.

[350] 5ª **nota.** La quinta: la ánima que desea aprovecharse en la vida spiritual, siempre debe proceder contrario modo que el enemigo procede, es a saber, si el enemigo quiere engrossar la ánima, procure de adelgazarse; asimismo si el enemigo procura de atenuarla para traerla en extremo, la ánima procure solidarse en el medio para en todo quietarse.

[351] 6ª **nota.** La sexta: quando la tal ánima buena quiere hablar o obrar alguna cosa den-

tro de la Iglesia, dentro de la inteligencia de los nuestros mayores, que sea en gloria de Dios nuestro Señor, y le viene un pensamiento o tentación de fuera, para que ni hable ni obra aquella cosa, trayéndole razones aparentes de vanagloria o de otra cosa, etc.; entonces debe de alzar el entendimiento a su Criador y Señor; y si ve que es su debido servicio o a lo menos no contra, debe hacer perdiametrum contra la tal tentación, iuxta Bernardum eidem respondentem: nec propter te incepti nec propter te finiam.

**P**ARA EL SENTIDO  
VERDADERO QUE EN LA IGLESIA  
MILITANTE DEBEMOS TENER, SE  
GUARDEN LAS REGLAS SIGUIENTES.

[353] 1ª **regla.** La primera: despuesto todo juicio, debemos tener ánimo aparejado y pronto para obedecer en todo a la vera sposa de Christo nuestro Señor, que es la nuestra sancta madre Iglesia hierárchica.

[354] 2ª **regla.** La segunda: alabar el confesar con sacerdote y el rescibir del sanctísimo sacramento una vez en el año, y mucho más en cada mes, y mucho mejor de ocho en ocho días, con las condiciones requisitas y debidas.

[355] 3ª **regla.** La tercera: alabar el oír missa a menudo, asimismo cantos, psalmos y largas oraciones en la iglesia y fuera della; asimismo horas ordenadas a tiempo destinado para todo officio divino y para toda oración y todas horas canónicas.

[356] 4ª **regla.** La quarta: alabar mucho reliquias, virginidad y continencia, y no tanto el matrimonio como ninguna destas.



[357] 5ª **regla.** La quinta: alabar votos de religión, de obediencia, de pobreza, de castidad y de otras perfecciones de supererogación; y es de advertir que como el voto sea cerca las cosas que se allegan a la perfección evangélica, en las cosas que se alejan della no se debe hacer voto, así como de ser mercader o ser casado, etcétera.

[358] 6ª **regla.** Alabar reliquias de sanctos, haciendo veneración a ellas, y oración a ellos; alabando estaciones, peregrinaciones, indulgencias, perdonanzas, cruzadas y candelas encendidas en las iglesias.

[359] 7ª **regla.** Alabar constituciones cerca ayunos y abstinencias, así como quaresmas, quatro témporas, vigilijs, viernes y sábados; assimismo penitencias no solamente internas mas aun externas.

[360] 8ª **regla.** Alabar ornamentos y edificios de iglesias; assimismo imagines, y venerarlas según que representan.

[361] 9ª **regla.** Alabar, finalmente, todos preceptos de la Iglesia, teniendo ánimo prompto para buscar razones en su defensa y en ninguna manera en su ofensa.

[362] 10ª **regla.** Debemos ser más prompts para abonar y alabar así constituciones, recomendaciones como costumbres de nuestros mayores; porque dado que algunas no sean o no fuesen tales, hablar contra ellas, quier predicando en público, quier platicando delante del pueblo menudo, engendrarían más murmuración y escándalo que provecho; y así se indignarían el pueblo contra sus mayores, quier temporales, quier espirituales. De manera que así como hace daño el hablar mal en ausencia de los mayores a la gente menuda, así puede hacer provecho hablar de las malas costumbres a las mismas personas que pueden remediarlas.

[363] 11ª **regla.** Alabar la doctrina positiva y

escolástica; porque así como es más propio de los doctores positivos, así como de San Hierónimo, Sant Augustin y de Sant Gregorio, etc., el mover los afectos para en todo amar y servir a Dios nuestro Señor; así es más propio de los escolásticos, así como de Sancto Thomás, Sant Bonaventura y del Maestro de las sentencias, etc., el diffinir o declarar para nuestros tiempos de las cosas necesarias a la salud eterna, y para más impugnar y declarar todos errores y todas falacias. Porque los doctores escolásticos, como sean más modernos, no solamente se aprovechan de la vera inteligencia de la Sagrada Scriptura y de los positivos y sanctos doctores; mas aun siendo ellos iluminados y esclarecidos de la virtud divina, se ayudan de los concilios, cánones y constituciones de nuestra sancta madre Iglesia.

[364] 12ª **regla.** Debemos guardar en hacer comparaciones de los que somos vivos a los bienaventurados passados, que no poco se yerra en esto, es a saber, en decir: éste sabe más que Sant Augustin, es otro o más que Sant Francisco, es otro Sant Pablo en bondad, sanctidad, etc.

[365] 13ª **regla.** Debemos siempre tener para en todo acertar, que lo blanco que yo veo, creer que es negro, si la Iglesia hierárchica así lo determina, creyendo que entre Christo nuestro Señor, esposo, y la Iglesia su esposa, es el mismo espíritu que nos gobierna y rige para la salud de nuestras ánimas, porque por el mismo Espíritu y Señor nuestro, que dio los diez Mandamientos, es regida y gobernada nuestra sancta madre Iglesia.

[366] 14ª Dado que sea mucha verdad que ninguno se puede salvar sin ser predestinado y sin tener fe y gracia, es mucho de advertir en el modo de hablar y comunicar de todas ellas.

[367] 15ª No debemos hablar mucho de la predestinación por vía de costumbre; mas si en alguna manera y algunas veces se hablare, así se hable que el pueblo menudo no venga en error alguno, como algunas veces suele, diciendo: Si tengo de ser salvo o condenado, ya está determinado, y por mi bien hacer o mal, no puede ser ya otra cosa; y con esto entorpeciendo se descuidan en las obras que conducen a la salud y provecho spiritual de sus ánimas.

[368] 16ª De la misma forma es de advertir que por mucho hablar de la fe y con mucha intensión, sin alguna distinción y declaración, no se dé ocasión al pueblo para que en el obrar sea torpe y perezoso, quier antes de la fe formada en caridad o quier después.

[369] 17ª Assimismo no debemos hablar tan largo instando tanto en la gracia, que se engendre veneno para quitar la libertad. De manera que de la fe y gracia se puede hablar quanto sea possible mediante el auxilio divino, para maior alabanza de la su divina majestad, mas no por tal suerte ni por tales modos, mayormente en nuestro tiempos tan peligrosos, que las obras y libero arbitrio perciban detrimento alguno o por nihilo se tengan.

[370] 18ª Dado que sobre todo se ha estimar el mucho servir a Dios nuestro Señor por puro amor, debemos mucho alabar el temor de la su divina majestad; porque no solamente el temor filial es cosa pia y sanctissima, mas aun el temor servil, donde otra cosa mejor o más útil el hombre no alcance, ayuda mucho para salir del peccado mortal; y salido fácilmente viene el temor filial, que es todo acepto y grato a Dios nuestro Señor, por estar en uno con el amor divino.



## INDICE

Anotaciones .....	4
Título de los Ejercicios. Prosupuesto .....	6

### PRIMERA SEMANA

Principio y Fundamento .....	7
Examen particular .....	7
Examen general .....	8
Modo de hacer el examen general .....	9
La confesión general con la comunión .....	9
Primer ejercicio: de tres pecados .....	9
Segundo ejercicio: de los pecados propios .....	11
Tercer ejercicio: repetición del 1º y 2º .....	12
Cuarto ejercicio: resumen del 3º .....	12
Quinto ejercicio: meditación del infierno .....	12
Las diez adiciones .....	13

### SEGUNDA PARTE

El llamamiento del rey temporal .....	14
Primer día y 1ª contemplación:	
de la Encarnación .....	16
2ª contemplación: del Nacimiento .....	17
3ª Primera repetición .....	18
4ª Segunda repetición .....	18
5ª Aplicación de sentidos .....	18
Notas .....	19
Día segundo. Contemplaciones .....	19
Día tercero. Contemplaciones .....	19
Preámbulo para considerar estados .....	19
Día cuarto. Meditación de dos banderas .....	20
Meditación de tres Binarios .....	22
Día quinto al doce. Contemplaciones .....	23
Tres maneras de humildad .....	24
Preámbulo para hacer elección .....	24
De qué cosas se debe hacer elección .....	25
Tres tiempos para hacer elección .....	25
Primer modo de elección .....	25
Segundo modo de elección .....	26
Para reformar la propia vida .....	26

### TERCERA SEMANA

Primer día y primera contemplación.	
De la última Cena .....	26
Segunda contemplación. Del Huerto .....	27
Días 2º al 7º. Contemplaciones .....	28
Reglas para ordenarse en el comer .....	29



## CUARTA SEMANA

Primera contemplación. De resurrección .....	30
Contemplación para alcanzar amor .....	31
Primer modo de orar .....	32
Segundo modo de orar .....	33
Tercer modo de orar .....	34

## MISTERIOS DE LA VIDA DE CRISTO

La Anunciación .....	34
La Visitación .....	34
El Nacimiento .....	34
Los Pastores .....	35
La Circuncisión .....	35
Los Reyes Magos .....	35
La Purificación .....	35
La huida a Egipto .....	35
La vuelta de Egipto .....	35
La vida oculta en Nazaret .....	35
Venida del Niño Jesús al Templo .....	35
Bautismo de Cristo .....	36
Cómo fue tentado en el desierto .....	36
Vocación de los Apóstoles .....	36
Vocación de los apóstoles .....	36
Primer milagro en Caná de Galilea .....	36
Primer milagro en Caná de Galilea .....	36
Echa del Templo a los traficantes .....	36
Sermón del monte .....	36
Sosiega la tempestad .....	37
Camina sobre las aguas .....	37
Los Apóstoles, enviados a predicar .....	37
Conversión de la Magdalena .....	37
Multiplacación de los panes .....	37
Transfiguración de Cristo .....	37
Resurrección de Lázaro .....	37
La cena en Betania .....	38
Domingo de Ramos .....	38
Predicación en el Templo .....	38

La última Cena .....	38
Misterios del Huerto .....	38
Prendimiento. En casa de Anás .....	39
En casa de Caifás .....	39
Es acusado ante Pilato .....	39
Entregado a Herodes .....	39
Flagelación y coronación de espinas .....	39
Es condenado y crucificado .....	39
Misterios hechos en la cruz .....	39
Es sepultado .....	39
Resurrección y 1ª aparición .....	40
Aparición 2ª .....	40
Aparición 3ª .....	40
Aparición 4ª .....	40
Aparición 5ª .....	40
Aparición 6ª .....	40
Aparición 7ª .....	40
Aparición 8ª .....	40
Aparición 9ª .....	41
Aparición 10 .....	41
Aparición 11 .....	41
Aparición 12 .....	41
Aparición 13 .....	41
Ascensión del Señor .....	41

## REGLAS

Reglas de discreción de espíritus, para la primera semana .....	41
Reglas de discreción de espíritus, para la segunda semana .....	43
Reglas para distribuir limosnas .....	44
Notas para entender escrúpulos .....	45
Reglas para sentir con la Iglesia .....	45



1ra. Edición Febrero 1988.

Tiro de 6 000.

2da. Edición Abril 1999 corregida.

Tiro de 3000.

Guadalajara Jalisco, México.



