

INTELIGENCIA ESPIRITUAL Y EJERCICIOS ESPIRITUALES¹.

Por: Oscar Buroz Echenagucia S.J

La Inteligencia Espiritual

1. El ejercicio del liderazgo implica, entre otras cosas, la capacidad para construir futuros deseados compartidos. En este sentido, aparejado al tema de la creación de horizontes, aparece la consideración sobre los modos de superar las dificultades que pudieran surgir al intentar alcanzarlos y el fortalecimiento de aquellas potencialidades que contribuyan en la realización de esas operaciones.
2. Es precisamente, en este último aspecto, donde el psicólogo norteamericano Howard Gardner, a principios de la década de los 80 (siglo XX), centró su definición de *inteligencia*, con el fin de sustentar su tesis de las inteligencias múltiples.
3. Según Gardner, la *inteligencia* "es un potencial bio-psicológico, lo que significa que es parte de nuestro cerebro y de nuestra mente –que no son lo mismo-, para resolver problemas reales, para hacer cosas que son valoradas en, cuando menos, una cultura o comunidad, y para encontrar o crear nuevos retos."²
4. De acuerdo a lo planteado en esta tesis, el ser humano dispone, para desarrollar, de las siguientes inteligencias: verbal-lingüística, visual-espacial, naturalista, musical, lógico-matemática, kinestésico-corporal, interpersonal e intrapersonal.³ A partir de esta propuesta, diversos autores han realizado aportes que, por un lado, van consolidando esta teoría y, por el otro, van abriendo camino a nuevas investigaciones vinculadas al tema de las *inteligencias*, tal como es el caso de Daniel Goleman con la *Inteligencia emocional*
5. En esta línea de aportaciones, Danah Zohar e Ian Marshall, a principios del año 2000, introdujeron el término *Inteligencia espiritual*⁴, también calificada como *existencial o trascendente*. Para ellos, esta modalidad de inteligencia es con la que "afrontamos y resolvemos problemas de significados y valores, la inteligencia con que podemos poner nuestros actos y nuestras vidas en un contexto más amplio, más rico y significativo, la inteligencia con que podemos determinar que un curso de acción o un camino vital es más valioso que otro."⁵
6. Fortalecer la *Inteligencia espiritual* es fundamental para profundizar en el conocimiento de la identidad personal, pues ella capacita para plantear y buscar respuesta a las "últimas preguntas", las cuales, en opinión de Francesc Torralba apuntan a



¹ **NOTA:** Se enumera los párrafos para facilitar la corrección en los borradores. Una vez que se adopte la versión definitiva, se deberán eliminar los números.

² Howard Gardner. Entrevista. En el canal: *La Ciudad de las Ideas*. Disponible en: [https://www.youtube.com/watch?v=xJkPGSJLuAU]

³ Para los fines de este artículo no es posible el desarrollo de estos aspectos, sin embargo, recomendamos profundizar en ellos para una mejor comprensión del texto.

⁴ El término *Inteligencia Espiritual* fue acuñado por Danah Zohar (Profesor de la Universidad de Oxford) e Ian Marshall (Psiquiatra de la Universidad de Londres).

⁵ Danah Zohar, Ian Marshall. *Inteligencia Espiritual*. Edit. Plaza & Yanez. Barcelona-España. 2001.p.19

indagar sobre “el propio yo, su realidad, su fundamento último. Se resumen en la pregunta: ¿Quién soy yo?”⁶

7. Según Torralba, estas “preguntas últimas” se pudieran agrupar, a grandes rasgos, en seis bloques temáticos:

- a) “Preguntas sobre el destino futuro, la inmortalidad personal y el propio modo de ser después de la muerte. Se resumen en la pregunta: ¿Qué será de mí?”
- b) Preguntas sobre el propio origen, el yo del pasado y lo que queda o no queda de él, el enigma del nacer y, últimamente, la propia razón de ser. Se resumen en la pregunta: ¿De dónde vengo?”
- c) Preguntas por el sentido de la vida, el ser de las cosas, la realidad y la ficción, el enigma del universo y el secreto de la vida. Se resumen en la pregunta: ¿Cuál es el sentido de la vida?”
- d) Preguntas por la finalidad de la vida humana y del universo entero, por el para qué radical de todo. Se resumen en la pregunta: ¿Para qué todo?”
- e) Preguntas por el origen del mundo, el por qué último de todo o el sentido del pasado y la historia humana. Se resumen en la pregunta: ¿Por qué todo?”
- f) Preguntas por la posibilidad de un Dios, sobre el misterio del mal en el mundo, sobre nuestra hipotética relación con Él. Se resumen en las preguntas: ¿Existe Dios? ¿Dónde está?”⁷



8. Teniendo estas preguntas –y las respuestas que se les den– como criterios para decodificar/ la realidad, en opinión de Zohar y Marshall, la *Inteligencia espiritual* se experimenta en las personas a través de las siguientes capacidades:

- 1) “**Autognosis**: conocimiento de uno mismo; sabe lo que se cree y se valora las motivaciones íntimas.
- 2) **Espontaneidad**: vivir el momento con conciencia.
- 3) **Congruencia**: actuar conforme a los principios y convicciones personales.
- 4) **Holismo**: ser capaz de ver patrones extensivos; relaciones y conexiones con sentido de pertenencia.
- 5) **Compasión**: tener una empatía profunda, capaz de hacer sentir al individuo lo que le sucede al otro.
- 6) **Celebración de la diversidad**: valorar a los demás por sus diferencias, no a pesar de ellas.
- 7) **Espacio de autonomía**: resistirse a las mayorías, sosteniendo las propias convicciones.
- 8) **Humildad**: saberse sólo un partícipe más de un drama más grande, aceptando su lugar en el mundo.
- 9) **Cuestiones fundamentales**: se necesita comprender las cosas y llegar al fondo de ellas, al por qué, de su sentido.
- 10) **Capacidad para estructurar**: ver a distancia un problema, su panorama, ubicándolo en un contexto más amplio.
- 11) **Uso positivo de la adversidad**: aprendizaje y crecimiento personal a partir de los errores y el sufrimiento.
- 12) **Sentido de la vocación**: sentirse llamado a servir, a darle algo a cambio a los demás y al mundo”⁸

⁶ Francesc Torralba. *La Inteligencia Espiritual*. Edit. Plataforma Actual. 3° Edición. Barcelona-España. 2010. p.71.

⁷ Idem.

⁸ Zohar y Marshal ¿Existe una Inteligencia espiritual? Disponible en: [<http://tsopemaling.blogspot.com/2010/01/existe-una-inteligencia-espiritual.html>]

9. Visto lo anterior, se puede colegir que la *Inteligencia espiritual* es muy útil en la vida diaria. Al ser una capacidad reflexiva, “nos permite tomar distancia, respecto a nuestro propio cuerpo, nuestras propias acciones, respecto a nuestras propias convicciones y principios, nos permite sentirnos parte integrante de un todo, permite derrumbar fronteras, barreras, actitudes sectarias, permite captar lo esencial...”⁹ ¿Eso qué posibilita? Dicho de una manera rápida: la *Inteligencia espiritual* permite obtener sabiduría. Esta “no consiste en saber muchas cosas, sino en la capacidad de sumergirse en lo profundo y hacerse las preguntas esenciales. El conocimiento nos informa, la sabiduría nos transforma, nos induce a vivir bien. El conocimiento se expresa en palabras, la sabiduría en la vida. La sabiduría tiene como fin la felicidad, la vida plena.”¹⁰
10. Dado el imaginario que puede evocar el calificativo “espiritual”, si no es bien entendido, y para evitar posibles confusiones que puedan levantar ciertos pruritos, es importante aclarar que esta modalidad de *Inteligencia* “no debe confundirse, ni identificarse sin más con la consciencia religiosa”¹¹. La primera es condición de posibilidad de la segunda. Sólo porque el ser humano tiene esta forma de inteligencia puede vivir la experiencia religiosa, pero la inteligencia espiritual es un dato antropológico, no una cuestión de fe.”¹²
11. Este potencial, que tienen todas las personas por el hecho mismo de ser *seres humanos*, al igual que las otras inteligencias, conviene ser cultivado para obtener los beneficios que apuntan a un desarrollo en plenitud. Evidentemente, son muchas las vías que sirven para fortalecer este potencial, cada una de ellas se han generado desde sensibilidades y contextos diversos. Un ámbito privilegiado, pero no exclusivo, es el de las experiencias religiosas; y fue en este, precisamente, donde Ignacio de Loyola consiguió insumos para el desarrollo de sus *Ejercicios Espirituales*.

Inteligencia espiritual y los Ejercicios de Ignacio.

12. Ignacio comenzó el cultivo consciente de su interioridad a partir de la convalecencia en Loyola, tras la herida en Pamplona (1521). En ese entonces, con el fin de entretenerse en la soledad de su habitación, solicitó libros de aventuras caballerescas, pero en su lugar le dieron libros piadosos. Tal como lo narró en su autobiografía (párrafo N° 6), poco a poco fue haciéndose consciente de los efectos que producían, en su interior, esas lecturas y otro tipo de pensamientos, orientados a la búsqueda de fama y fortuna. En este sentido, es importante no perder detalle de la narración, con el fin de captar, en su estado menos refinado, los cuatro grandes momentos de ese *proceso seminal*¹³ que servirá de germen para un método mucho más complejo y organizado.

<p>“Leyéndolos muchas veces (los libros sobre la vida de los Santos y sobre Jesús), algún tanto me aficionaba a lo que allí estaba escrito; pero dejándolos de leer, algunas veces me detenía a pensar en las cosas que había leído, y otras veces en las cosas del mundo en que antes solía pensar. Y de muchas vanidades que se me ofrecían, una se apoderaba tanto de mi corazón que después me quedaba embelesado pensando en ella dos, tres y cuatro horas sin sentirlo, imaginando lo que tendría que hacer en servicio</p>	<p>Primer Momento: en este fragmento se notan los dos grandes centros de interés a los que se ve atraída la atención de Iñigo, según el sistema de valores que había cultivado hasta el momento: las aventuras de los héroes cristianos (los Santos), con Jesús a la cabeza; y las prácticas, así como el estilo de vida de los caballeros andantes.</p>
---	---

⁹ Francesc Torralba. *La Inteligencia Espiritual*. Disponible en: [https://www.youtube.com/watch?v=LpyfYURViEo]

¹⁰ Antonio Pérez Esclarín. *La Inteligencia Espiritual*. Diario Panorama. Domingo 01 junio 2014. Disponible en: [http://panorama.com.ve/portal/app/push/noticia114078.php]

¹¹ “La creencia religiosa es una manifestación, un desarrollo de la inteligencia espiritual que consiste en la adhesión a un tipo de verdades que no pueden demostrarse racionalmente, que son objeto de fe. Esta adhesión da sentido a la vida humana y permite comprender los grandes momentos de la existencia: eventos como el nacimiento, la muerte, el amor y el sufrimiento.” Francesc Torralba. *La Inteligencia Espiritual*. Plataforma Actual. 3° Edición. Barcelona-España. 2010. p.51.

¹² Francesc Torralba. *La Inteligencia Espiritual*. Plataforma Actual. 3° Edición. Barcelona-España. 2010. p.51.

¹³ Esta categoría “proceso seminal” se utiliza por iniciativa del autor, con fines pedagógicos y sólo en este trabajo. No forma parte de la terminología tradicional de la cultura ignaciana.

<p><i>de una dama; los medios que tomaría para poder ir al lugar donde ella estaba, los piropos y las palabras que le diría, los hechos de armas que haría en su servicio...”</i></p>	
<p><i>“... cuando pensaba en aquello del mundo, me deleitaba mucho; pero cuando ya cansado, lo dejaba, hallábame seco y descontento; y cuando pensaba en ir a Jerusalén descalzo y no comer sino hierbas y en hacer todos los demás rigores que veía que habían hecho los Santos, no solamente me consolaba cuando estaba en tales pensamientos, sino que aun después de dejarlos quedaba contento y alegre...”</i></p>	<p>Segundo Momento: tiene que ver con el reconocimiento, por parte de Iñigo, de los efectos que esta experiencia ha producido en él. Es importante notar como resalta que cada uno de los pensamientos generó un efecto distinto.</p>
<p><i>“hasta el momento en que una vez se me abrieron un poco los ojos y empecé a maravillarme de esta diferencia y a reflexionar sobre ella, comprendiendo por experiencia que unos pensamientos me dejaban triste y otros alegre, y poco a poco llegando a conocer la diversidad de espíritus que me agitaban.”</i></p>	<p>Tercer Momento: es el insight, la búsqueda de una respuesta a la pregunta sobre el por qué ha experimentado lo que vivió.</p>
<p><i>“Y adquiriendo no poca luz de este aprendizaje, comencé a pensar más en serio en mi vida pasada y en cuánta necesidad tenía de hacer penitencia por ella. Y aquí se me presentaban los deseos de imitar a los Santos, no considerando más circunstancias sino comprometerme para hacerlo así con la gracia de Dios, como ellos lo habían hecho. Pero todo lo que deseaba hacer, en cuanto sanara, era ir a Jerusalén -como se dijo antes- con tantas disciplinas y tantas abstinencias como las que un ánimo generoso, encendido en amor de Dios, suele desear hacer.”</i></p>	<p>Cuarto momento es la determinación en consecuencia. Una vez que logra discernir por qué sintió lo que sintió en la experiencia, la fase final de este proceso era establecer cuáles serían las acciones que se debían realizar.</p>

13. Haciendo un ejercicio de abstracción a lo vivido por Ignacio, se pudiera esquematizar el proceso de la siguiente manera:
- a) **Primer momento:** aprender a *captar*, agudizar los sentidos para que la experiencia por la que está pasando el sujeto sea fuente de información significativa.
 - b) **Segundo momento:** aprender a *concientizar* los efectos en el ámbito afectivos -Ignacio las llamará *mociones*- que produce la experiencia.
 - c) **Tercer momento:** aprender a *discernir*, preguntar, analizar el por qué la experiencia produce lo ya concientizado en el paso anterior.
 - d) **Cuarto momento:** poner por obra, *actuar* en consecuencia con los resultados del discernimiento, seleccionando los medios más adecuados.
14. Ignacio, a lo largo de su vida, fue refinando este “*proceso seminal*” e incorporándole categorías, indicaciones y estructuras que le permitieron operativizarlo mejor y convertirlo en una herramienta para la práctica del discernimiento¹⁴. Este *proceso*, tal como ya se afirmó, fue la materia prima fundamental de un método aún mayor y que él denominó *Ejercicios Espirituales*.
15. Ignacio los describió de la siguiente manera: “*se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mentalmente y de otras actividades espirituales según que adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales, de la misma manera todo modo de preparar y disponer el alma para quitar de sí todas las afecciones desordenadas, y después de quitadas*

¹⁴ Al respecto, se pueden señalar, a modo de ejemplo, el propio ordenamiento en “semana” con las recomendaciones de como ordenar un día de Ejercicios, las Anotaciones (EE 1-22), las reglas para una buena elección (170-189) las Adiciones (EE 73-90), las “Reglas de Discernimiento” para la Primera Semana(EE 313-327) y segunda Semana (EE 328-336), las Reglas para comprender los escrúpulos (EE 345-351), Reglas para sentir con la Iglesia (EE 352-370), El Examen general(32-44) y el particular. (EE 27-31)

buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del alma, se llama Ejercicios Espirituales.”¹⁵

16. En definitiva, ¿qué son, para Ignacio, los *Ejercicios Espirituales*? Partamos del hecho que son su obra nuclear y, desde el enfoque con el que se inició este artículo, las operaciones, enunciadas en la descripción elaborada por el propio Ignacio, constituyen una de las tantas vías para el fortalecimiento de la *Inteligencia espiritual*. De los *Ejercicios Espirituales* se desprende la espiritualidad de la Compañía de Jesús y de todo aquello que se quiera entender desde el enfoque ignaciano. Los *Ejercicios Espirituales* son una escuela de sensibilidades, fuente de criterios e inspiración para optar por determinados campos y modos de servicio.¹⁶
17. Ahora bien, con el nombre de *Ejercicios Espirituales* también podemos identificar tres cosas: *El Texto*, *el Método* y *la Experiencia en sí misma*:

- a) El Texto: fue redactada a lo largo de su vida, desde su proceso de resiliencia en Loyola, luego de su herida en Pamplona hasta su estadía en Roma, como Padre General de la Compañía de Jesús.

No es un documento en una prosa para ser leída de corrido, como el común de los libros. Es un texto con indicaciones para que el ejercitante siga una metodología y realice unas tareas. Los *Ejercicios Espirituales* se parecen más a lo que hoy entendemos como un manual, con secciones claramente identificadas.

- b) El Método: es una *mistagogía*¹⁷ para un proceso de introspección profunda. Es un itinerario, y como tal, es para ser puesto en práctica, durante un poco más de un mes.¹⁸ Para realizar esta mirada a la interioridad, ofrece un conjunto de orientaciones, organizadas por etapas, cada una de ellas con objetivos específicos, cuyo fin es facilitar el proceso de auto-análisis.

Estas etapas las llama *semanas*, aunque no se corresponden con lo que usualmente entendemos con esa palabra, incluyendo su duración. Estas pudieran sintetizarse de la siguiente manera:

⇒ “*La primera semana nos expone a la vivencia del dolor propio para poder experimentar la gracia de la reconciliación. Dolor dejado por las heridas sufridas a lo largo de nuestra*



¹⁵ EE N°1

¹⁶ En este sentido, para aquellos que quieran auto-calificarse como ignacianos, el verdadero punto de arranque está en el conocimiento de las tesis centrales de los Ejercicios Espirituales, así como de la praxis de algunas de sus modalidades con cierta frecuencia, y no, simplemente, la pertenencia o cercanía afectiva a alguna institución de la Compañía de Jesús, o el manejo de una cierta jerga ignaciana o frases clichés.

¹⁷ Del griego *mystagogheîn* (iniciar, introducir en los misterios). Se entiende aquí, desde una perspectiva muy general, como *el arte de enseñar-aprender a vivir con fe*, que es lo que habilita para que la persona “no sólo sepa mucho” sino que “sienta y guste internamente”. Para comenzar, introduce en el misterio de la persona humana, ayudándole a formular preguntas fundamentales de la existencia y buscar sus respuestas. A partir de este dato antropológico, se acerca a la experiencia de lo trascendente (que es llamado Dios por los cristianos y que se nos revela con el rostro de Jesús de Nazaret) pero no desde un conocimiento racional sino desde la mística.

¹⁸ A modo de aclaratoria: cuando a una persona realizase unos “ejercicios espirituales” de 2, 4 u 8 días, lo que está haciendo, en stricto sensu, es una actividad “basada” en la metodología de los Ejercicios. Se reconoce que estas experiencias pueden ser muy ricas, profundas, gratificantes, clarificadoras, útiles, místicas, potenciadoras, buenas y santas. Siempre será provechoso procurar tener una con cierta frecuencia... Ahora bien, estas experiencias no se deben confundir la experiencia de los EJERCICIOS ESPIRITUALES, así con mayúscula, pensada para un mes en inmersión total o su versión para la vida corriente, dado que, por lo general, el ejercitante no pasa por todos los contenidos desarrollados por Ignacio y que están puestos para generar un efecto profundo en la estructura afectiva del Ejercitante.

biografía -que genera traumas-, por el sufrimiento causado sobre nuestros semejantes -que produce culpa-, por los límites y pobreza personal -que ocasiona frustración. Esta primera semana nos abre la posibilidad de cristianizar la culpa. La persona que surge de ella es una persona reconciliada con su pasado, su pecado y sus límites, y en consecuencia, con los demás, con Dios y consigo mismo. No desprecia a los demás, ni se avergüenza de sí misma. Mira y se mira con ternura.

- ⇒ *La segunda nos expone a la vivencia de la libertad que nos va a permitir experimentar la gracia de la entrega. Una libertad confrontada con la vida inhumana de tantas gentes y tentada de satisfacerse sólo a sí misma. Nos asomamos al horizonte de la liberación personal y de la liberación del mundo. Los ejercicios de esta segunda semana nos abren la posibilidad de cristianizar la libertad. La persona que surge de ella es una persona para los demás, solidaria, una verdadera gracia para quienes viven cerca de él o ella.*
- ⇒ *La tercera nos expone a la vivencia del dolor ajeno para hacer propia la gracia de la comunión. El dolor ajeno, vivido como ajeno, sólo espanta, echa para atrás, obliga a volver el rostro. Vivido como propio, acerca, se compadece, acompaña. Los ejercicios de esta tercera semana nos abren la posibilidad de cristianizar el dolor. La persona que surge de ella es una persona con los demás, un hermano, una hermana que no abandona, alguien que sabe estar y deja estar, que cultiva la virtud de la reciprocidad.*
- ⇒ *La cuarta nos expone a la vivencia de la alegría para poder experimentar la gracia de la gratitud. Una alegría que genera plenitud, paz, esperanza, que no es euforia ni mero bienestar, sino reconocimiento de lo mucho que me ha sido dado, regalado. Los ejercicios de esta cuarta semana nos abren la posibilidad de cristianizar la alegría. La persona que surge de ella es una persona agradecida, que no actúa por obligación, sino que pone todos sus dones y talentos al servicio de los demás.*

Esas cuatro gracias -de la reconciliación, de la entrega, de la comunión y de la alegría agradecida- no se viven aisladamente, sino que hay circularidad entre ellas. Las cuatro se llaman mutuamente:

- *Sentirnos reconciliados con lo que somos nos hace entregados, agradecidos, hermanos.*
- *Entregarnos a los demás gratuitamente nos pacifica por dentro, nos hace sentirnos hermanos.*
- *Sabemos hermanos y hermanas nos lleva a la entrega, al agradecimiento, a la reconciliación con todos.*
- *Sentirnos agradecidos compromete nuestra entrega, nos confraterna, nos permite estar reconciliados.*

Las cuatro son puertas de entrada al crecimiento humano que nos permiten acceder a ese horizonte de persona reconciliada, para los demás, con los demás y agradecida, que resulta una bendición allí donde esté, una verdadera buena noticia. De hecho, esos cuatro rasgos básicos son propios de alguien que ama, pues es el amor, en último término, lo que da consistencia y plenitud al ser humano.”¹⁹

- c) La experiencia en sí: cuando el ejercitante está en plena vivencia del método. En este sentido, Ignacio recomienda que la persona, si realmente desea obtener los frutos propios de los Ejercicios, entre en ellos con ánimo y libertad. Esto implica que se deje afectar por la experiencia de introspección profunda, sanamente desestabilizadora, cuestionante y generadora de criterios de

¹⁹ Provincia de Loyola. *La Persona en el camino de Ignacio*. Bilbao, España. 2005. p.5-7

interpretación de la realidad. Para que se produzcan estos efectos, es necesario que siga las indicaciones, tal como un atleta lo hace con su entrenador.

18. Al realizar los *Ejercicios Espirituales* y dejarse afectar por ellos, el ejercitante va fortaleciendo su *Inteligencia espiritual* y las competencias asociadas a ella. Aprende a examinar su consciente y conocer, así como, trabajar sus afectos, para alcanzar mayores niveles de libertad interior. “*Asimismo, los Ejercicios ayudan a la persona a encontrar el sentido de su existencia, de sus éxitos y fracasos, de sus alegrías y sufrimientos. Los Ejercicios ayudan a cada persona a madurar humanamente en todas sus dimensiones partiendo de sus propias necesidades y llevándolas a descubrir como camino de plena realización*”²⁰ la identificación con Jesús de Nazaret, su modo de proceder y su misión de servicio a la Humanidad.

La metodología presente en los Ejercicios

19. Tal como se ha comentado, los *Ejercicios Espirituales*, no son un texto para ser leído. Son un conjunto de orientaciones, articuladas para ir generando un efecto en la persona que decide entrar y aprovechar la experiencia. En este sentido, se puede decir que entraña una metodología que ayuda al ejercitante a cultivar su interioridad y encontrar en ella respuestas para orientar su modo de proceder. Es importante destacar, que cuando se habla de interioridad, desde la perspectiva ignaciana, no supone un apartamiento total del mundanal ruido, a modo de monje de clausura, sino de aprender a dialogar con la cotidianidad y discernir lo que nos pueda ayudar -o no- en la tarea del desarrollo en plenitud de las potencialidades humanas. Es lo que muchos denominan como “*contemplativos en la acción*”.
20. Al conocer el contexto histórico que rodeó a Ignacio, se puede apreciar que, gracias a ser hijo de su historia, pudo desarrollar un instrumental para “navegar en aguas crispadas”. La pedagogía de los Ejercicios le permiten al ejercitante aprender a leer los signos de los tiempos y adecuar su modo de proceder a tiempos, lugares y personas, siempre inspirado en el modo de proceder de Jesús de Nazaret.
21. Dicho lo anterior, surge, como es natural la siguiente pregunta: ¿Cuál es el objetivo de los Ejercicios Espirituales? En el N° 21 de los Ejercicios Espirituales, Ignacio señala: “*Ejercicios Espirituales para vencerse a si mismo y ordenar su vida sin determinarse (decidirse) movido por alguna afección (afecto) desordenada.*” Dicho eso, se puede colegir que los Ejercicios Espirituales apuntan a tres cosas:
 - a) “**Ordenar la Vida...**” Mediante un alto en la dinámica diaria, poder realizar un balance de la historia personal. Es como “hacer limpieza general del cuarto”. Tomar conciencia de las luces y de las sombras de la vida personal, las convicciones y creencias que orientan las acciones, el proyecto existencial que se tiene, las ilusiones y anhelos más profundos, el estado de las relaciones con los otros, la auto-imagen y aquellas cosas, personas o circunstancias que potencian o sabotean el desarrollo pleno del ejercitante.
 - b) “**Quitar las afecciones desordenadas...**”: En los *Ejercicios* se puede encontrar pistas que ayuden a “liberar” de aquellos afectos, apegos, actitudes, maneras de ser o de comportar que en la vida del ejercitante no le ayudan a relacionarse de manera sana, madura, libre y gozosa con Dios, consigo mismo, con los otros y con su entorno.
 - c) “**Para buscar y hallar la voluntad de Dios...**”: Es decir, comportarse como personas maduras en la fe y su incidencia en la vida ordinaria. El tema de la *Voluntad de Dios* implica que cada quien, con sus cualidades y defectos, sus luces y sombras, su historia, psicología, sueños, valores, etc., siguiendo el modo de proceder de Jesús, encuentre la forma particular de contribuir activamente en la construcción de una sociedad en la que los seres humanos vivan libres, felices y de la manera en que deben estar los hijos e hijas de Dios.

²⁰ Conferencia de Provinciales Jesuitas de América Latina. *Directorio de Ejercicios Espirituales para América Latina*. Documento mimeografiado. Enero 2010. p.3

22. La metodología²¹ que desarrolla Ignacio, basada en el *método seminal*, incluye:

- a) La articulación de los contenidos de las etapas (semanas) y, dentro de cada etapa, un esquema simplificado y progresivo de los ejercicios o experiencias puntuales a lo largo del día.
- b) Las *anotaciones* u orientaciones iniciales que son como las reglas de juego que marcan el modo de proceder del ejercitante y el acompañante, así como entre ellos.
- c) Las *adiciones* o consejos prácticos para aprovechar mejor cada ejercicio o experiencia puntual.
- d) La revisión de la experiencia con particular atención a los sentimientos experimentados y las mociones percibidas en esos sentimientos.
- e) La búsqueda del origen de estas mociones o llamadas, con la ayuda de un acompañante (a modo del atleta con su entrenador) capacitado en el arte del discernimiento de acuerdo al método ignaciano.
- f) El *Examen* (o recoger el día) en especial el particular (dedicado a modificar alguna conducta concreta que se considera inadecuada) y el general (revisión general de la vida del ejercitante).
- g) La Reglas desarrolladas por Ignacio:
 - *Regla para el discernimiento para la 1° Semana*: ayuda al ejercitante en su etapa inicial de la vida espiritual.
 - *Regla para el discernimiento para la 2° Semana*: ayuda al ejercitante cuando necesita afinar más sus criterios de discernimiento.
 - *Regla para ordenarse en el comer*: aunque pareciera que se enfoca en esta operación particular, en el fondo brinda unos criterios para templar la voluntad y fortalecer una ascesis personal en aquello que pueda generar deseo.
 - *Regla para el sentir con la Iglesia*: ayuda al ejercitante a sentirse y percibirse perteneciendo a algo mayor que tiene una misión de servicio a la humanidad.
 - *Reglas para comprender los escrúpulos*. ayuda al ejercitante a reconocer este tipo de afección y sus modos de tratarla.



23. Es importante volver a señalar que el desarrollo definitivo de los Ejercicios fue producto de un largo proceso reflexivo de Ignacio a partir de sus experiencias personales, sus estudios universitarios y del aprendizaje que obtuvo al compartir su método con otras personas.

A modo de conclusión:

24. El ser humano es el único que se pregunta a sí mismo sobre su condición. *“El ser humano quiere vivir una vida con sentido. Necesita hacerse preguntas esenciales y enfrentarlas con sinceridad y responsabilidad, pero hoy la mayoría de las personas tiene pavor a enfrentar el misterio de la vida y asumirla como pregunta: ¿quién soy?, ¿qué hago en esta vida?, ¿para qué vivo?, ¿cómo me imagino realizado y feliz?, ¿cómo concibo la muerte?, ¿cómo me preparo para ella?”*²² En este sentido, tratar de dar una respuesta personal a estas preguntas tiene que ver con el cultivo de una interioridad que fortalezca la *Inteligencia espiritual*.

25. Este potencial, que tiene su fundamento en una condición antropológica, puede desarrollarse de diversas maneras, encontrando en las experiencias religiosas un espacio privilegiado (no exclusivo) para su cultivo.

²¹ El desarrollo de la metodología es deudora de los planteamientos realizados por el equipo de espiritualidad de ITAICI (Sao Paulo-Brasil) en su folleto *La Fuerza de la Metodología en los Ejercicios Espirituales*. Para los fines de este texto, se parafrasea y glosa el contenido original.

²² Antonio Pérez Esclarín. La Inteligencia Espiritual. Diario Panorama. Domingo 01 junio 2014. Disponible en: [\[http://panorama.com.ve/portal/app/push/noticia114078.php\]](http://panorama.com.ve/portal/app/push/noticia114078.php)

Fue en ellas donde Ignacio de Loyola, a partir de una crisis existencial, experimentó las vivencias necesarias para desarrollar su método denominado *Ejercicios Espirituales*.

26. En este sentido, el texto hay que situarlo y entenderlo desde tres características:

- a) *“Es la expresión de una honda experiencia: En él se proyecta la manera como Dios fue conduciendo a Ignacio, a lo largo de la vida, para que se situara en un dinamismo permanente de búsqueda y realización de la voluntad divina en el seguimiento de Jesús(...)*
- b) *Es la manifestación de un proceso: La experiencia de Ignacio se fue desarrollando dentro de un proceso. Esta realidad la declara el nombre con el que Ignacio se describe a sí mismo: "el peregrino". Los Ejercicios son indicativos de esta peregrinación, de este proceso de "dejarse llevar" por Dios hacia la realización del plan divino.*
- c) *Es una presentación de medios o instrumentos para prepararse y disponerse a acoger la voluntad divina en la totalidad de la persona. Medios que ayudan a la persona para que todo lo que constituye su realidad personal (sentimientos, razón, voluntad, afecto) y social (ambiente, historia) sea un canal de comunicación de la palabra y del amor misericordioso de Dios.”²³*

27. Ignacio, a partir de su experiencia personal y tras observar los efectos que generaban los *Ejercicios* en la vida de los ejercitantes, valoró mucho su método y por eso se dedicó, hasta su muerte, a perfeccionarlo. De sus *Ejercicios Espirituales* llegó a escribir en una carta a Miguel Miona, en 1536: *“siendo todo lo mejor que yo en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos(...)”²⁴*

Dic/2014

²³ Conferencia de Provinciales de América latina. *Directorio de los Ejercicios Espirituales para América latina (2010)* CPAL p.9
Material mimeografiado.

²⁴ Carta al P. Manuel Miona, 16 de noviembre de 1536. *Obras Completas*, BAC, 5ª. edición, p. 736