ENTREVISTA A IGNACIO DE LOYOLA SOBRE LA ORACIÓN IGNACIANA*

I. INTRODUCCIÓN

Algo constante en los escritos de San Ignacio es su insistencia en el "más": "el **mayor** servicio", "el **mayor** bien", "la **mayor** utilidad", "el bien **más** universal", "la **mayor** necesidad a la que atender", etc. Son todas expresiones que muestran una actitud básica: el **no a la mediocridad y el sí a aquello que nos presente el mayor desafío en cualquier área y circunstancia de nuestra vida.** Sin embargo, todo lo anterior, lo hacemos por amor a Dios (por la mayor Gloria) y no por "breva" personal o comunitaria. Esta insistencia de Ignacio desde sus inicios pasó a convertirse en camino, en un modo determinado para vivir la vida cristiana. Es decir, en la **Espiritualidad Ignaciana**.

Como miembros de esta comunidad educativa ignaciana estamos invitados y llamados a transitar por este camino, y para ello; además de estudiar las realidades de la sociedad actual y reflexionar sobre las líneas de acción del centro, las estructuras, los métodos, la pedagogía y todos los demás elementos de la vida escolar para descubrir los medios que realicen más y mejor las finalidades de la Institución Educativa y la puesta en práctica de su filosofía educativa; se hace necesario ahondar en la comprensión del medio, por excelencia, fruto de la experiencia vivida por Ignacio de Loyola, que a lo largo de 500 años ha iluminado, orientado y enriquecido el MODO DE PROCEDER COTIDIANO, la Oración Ignaciana.

Se presenta un relato, una entrevista de una persona como cualquiera de nosotros, un docente de nuestra institución, imaginemos, a Ignacio de Loyola. La insistencia del entrevistador se centra en intentar comprender qué caminos pueden seguirse para nuestro crecimiento espiritual. Ignacio agarra dos AYUDAS, de las que tiene en sus Ejercicios Espirituales y se las propone a esta persona: 1) Camino de liberación, "TRES POTENCIAS" y 2) Camino de Humanización; "APLICACION DE SENTIDOS"

En los ejercicios espirituales, Ignacio coloca estos dos métodos, como una forma pedagógica. En cuanto a las "Tres Potencias" (no se trata de esas cosas que venden por ahí en frasquitos para conseguir suerte), la fuerza se centra en poner en funcionamiento tres componentes vitales de nuestra persona: LA MEMORIA, EL ENTENDIMIENTO Y LA VOLUNTAD. Y en cuanto a La Aplicación de Sentidos, se trata de vitalizar la dimensión interna y externa de nuestros sentidos.

La lectura de este texto queda corta si sólo se hace por encima. Se trata de presentar pistas y elementos que hagamos más rica le experiencia de fe. Puede ayudar una lectura pausada de cada uno de sus apartados. Los textos bíblicos que aparecen sólo son propuestas con lo que pueden buscarse otros que más ayuden.

II. LA ENTREVISTA

La Oración es un diálogo sencillo, expreso y directo con Dios, donde implicamos todo lo que somos y hacemos. Oramos cuando conversamos con Dios como se conversa con un amigo. La oración es una conversación amorosa que va tocando nuestras entrañas y que se produce como un auténtico regalo.

¿De qué temas conversar con Dios? Se conversa de lo que cada uno quiera: de los amigos, de las ilusiones, de las dificultades, nos echamos cuentos, recordamos juntos, contamos estrellas, hablamos de nuestros amores y de los suyos. A veces vamos por ahí cantando a la vida o contando esas innumerables maravillas que Él ha creado; los árboles, la gente, y hasta de las flores amarillas que crecen bien hermosas en la orilla de la carretera y que no me explico cómo son tan bellas, si parece que nadie las cuida y al mirar el suelo donde están plantadas, veo que su abono son las aguas negras y la basura que pareciera la propia señal que nada puede crecer allí y sin embargo no es así, sino que crecen hermosas.

La oración puede ser de agradecimiento, de alabanza, de súplica, de protección, de sanación y hasta de discusión sobre lo que nos pasa en la vida. La oración cristiana sigue la pauta de Jesús el gran orante, quien nos mostró a Dios como PADRENUESTRO. Una oración que permite a Dios hacernos sentir el amor que Él nos tiene. Una oración en la que nos descubrimos hijos amados, perdonados y llamados por Dios.

* Este texto corresponde a uno de los materiales de apoyo creados por CERPE-CEP para el módulo 7 (Marzo 2010) del Programa de Formación Pastoral de los Colegios ACSI (2009-2012). Lo presentamos aquí con el propósito de ampliar la perspectiva del lector sobre el campo de la oración desde la visión de Ignacio de Loyola.

Con frecuencia nuestras conversaciones con Dios son serias, porque nos encontramos con situaciones de mucho dolor en la que están sumidos muchos hijos suyos y hermanos nuestros. En este diálogo amoroso se produce un impulso vital que nos invita a hacer el camino.

Cada quien tiene su propia experiencia de Dios y en este camino muchos han venido abriendo brechas. Por eso nos vamos a detener un poco para conversar con uno de ellos; IGNACIO DE LOYOLA, para que comparta con nosotros algunos de sus secretos. Vamos a insistir para que suelte prendas, las prendas que durante 500 años han significado un vuelco en la vida de millones de personas.

[Orante] ***¿Cómo estás, Ignacio?***

¿Sabes? para llegar a ti hemos tenido que atravesar muchos años, sacudir cantidades inmensas de polvo de entre tantos escritos y hasta dejar de lado muchas costumbres para poder escuchar directamente de tus propios labios cosas que nos pueden ayudar.

Somos muchos los que hoy más que nunca estamos en búsqueda. Somos de corazones grandes, de mentes amplias y de generosos sentimientos. No nos conformarnos con poco, queremos caminar tras "Lo Mayor". Por eso acudimos a ti; amigo y compañero de Jesús, incansable e insistente buscador y peregrino.

[Ignacio] Bueno, no sé si tendremos tiempo suficiente para que conversemos de todo lo que preguntas. Tampoco sé si podré realmente responder con la claridad que esperas.

Se me ocurre decirte que he llegado a la convicción de que cada persona tiene su propia experiencia de fe. Por eso son diversas las cosas que a unos y a otros le ayudan. Lo que quiero decirte es que la vida espiritual no es una maquinita para hacer personas de fe, sino que es UN CAMINO al que somos invitados y al que sólo nos podemos lanzar con mucha alegría y firme disposición.

[Orante] ***¿Cómo oras tú?***

[Ignacio] Puedo decirte que mi oración es un auténtico regalo de Dios. A mí, al igual que a todos, DIOS HABLA. De nosotros depende ESCUCHARLO. Mi respuesta ha sido, exponerme y arriesgarme. Salir a la BÚSQUEDA o mejor dicho, al ENCUENTRO. Sin ninguna seguridad me he lanzado al camino. Después he comprendido que necesito ir con los ojos bien abiertos y con los oídos atentos para escuchar la Palabra. Eso de que este camino es dificilísimo y para personas especiales no me convence, puesto que yo me considero un hombre débil y sobre todo un gran pecador. Un pecador perdonado y amado por Dios.

Al principio no comprendía nada y todo esto que comparto contigo lo puedo hacer porque he echado la mirada hacia atrás y el gran Caminante: Jesús, el Crucificado, me lo ha revelado:

"Caminante son tus huellas el camino y nada más. Caminante no hay camino, se hace camino al andar".

[Orante] ***Háblanos de tus prácticas religiosas, de tus métodos, tus estilos. Quiero saber ¿cómo lo lograste?***

[Ignacio] Me parece que quieres saber mucho, que te angustias.

[Orante] ***Y, ¿te parece malo, Ignacio, que me apresure por aprender a Orar?*** Si yo sé muy bien que tú eres un loco y apasionado por Jesús, a quien tienes por amigo entrañable. Y además, no sé si vuelva a tener algún día la oportunidad de hablar contigo.

[Ignacio] Para mí ha sido de fundamental importancia descubrir que mi historia personal es una historia muy marcada por la presencia de Dios. A mí me ha ayudado la mirada sencilla, cariñosa y profunda al crucificado, detenerme largos ratos en su rostro, en sus heridas, en su dolor, y preguntarle:

- *¿Qué he hecho por Ti?*
- *¿Qué hago por Ti?*
- *¿Qué quiero hacer por Ti?*

[Orante] ***Alguna vez oí decir que eres un aficionado a la Biblia ¿Qué has encontrado en ella?***

[Ignacio] En la Biblia he encontrado la Palabra que Dios ha pronunciado a la humanidad. Como dice el profeta Isaías (otro loco por Dios) ***"… es como la lluvia que desciende de los cielos y empapa la tierra, la fecunda y la hace germinar para que dé simiente al sembrador y pan para su alimento…"*** En el Antiguo y Nuevo Testamento, el Padre creador nos muestra el auténtico sentido de humanidad que Él ha querido realizar. En esa Palabra confronto mi vida y voy a ella cargando con mi historia y la de las personas que conozco para dejarme interpelar por su Buena Nueva. He comenzado por conocer de cerca a Jesús en los Evangelios, sus pasos, sus sentimientos, su mensaje y su vida. Y cada día le pido insistentemente me haga su compañero.

Me he venido convenciendo que cada uno de nosotros es parte de la Palabra de Dios, es decir, que somos expresión de su amor, y que en cada uno de nosotros hay una palabra viva pronunciada por Dios. Que en el centro de la historia, ahí, donde están los más pequeños, los débiles, enfermos y empobrecidos, es donde se ha encarnado la Palabra Creadora y Liberadora de Dios.

[Orante] ***Ignacio, ¿es cierto que tu Oración es una práctica continua del discernimiento?***

[Ignacio] Para mí orar es **hallar a Dios en todas las cosas**, en todas las realidades y circunstancias de la vida. Un hallazgo que hace que toda la vida esté transida por Dios. El cristiano que halla a Dios en todas las cosas busca que su oración le ayude a asemejarse a los sentimientos y modo de actuación de Jesús. Pudiéramos pensar que los métodos para orar sean la clave para una buena oración y no es así. Lo clave no son los métodos sino las personas que oran, es decir, los orantes y sus situaciones o realidades personales y colectivas compartidas con el Dios de Jesús.

Se puede orar de muchos modos y con muchas ayudas, pero no olvidemos que lo más importante son los interlocutores que se dan cita en el encuentro que llamamos oración. Y esos interlocutores son Tú mism@, la realidad y Dios.

Todos los modos de hacer oración que te ofreceré sirven para que te hagas diestro en sentir y gustar internamente lo que Dios te comunica personalmente, de tal modo que sea más familiar y fecundo tu diálogo con Él, y así puedas conocer y poner en práctica lo que Dios quiere de ti, su voluntad. Estos métodos no son una receta mágica para hallar a Dios, sino una ayuda para que te ejercites en un modo de ubicarte en la vida desde una perspectiva más orante.

[Orante] ***Ignacio ¿puedes hablarnos en concreto de los ESTILOS Y MÉTODOS de oración que usas?***

[Ignacio] Como ya te dije, cada quien vive en forma personal y auténtica la experiencia de Dios. En esta ocasión sólo voy a presentarte en forma sencilla y esquemática los momentos de la oración que a mí me han ayudado mucho. Digo momentos porque son como unas lamparitas que bien ubicadas en lugares estratégicos de un camino nos alumbran la ruta. Se trata de una pedagogía que poco a poco nos habilita para el encuentro con Dios en la oración y en la vida.

Los MOMENTOS de la oración que a continuación te presento se desarrollan a lo largo del encuentro orante. Están muy estructurados con la finalidad de que puedas visualizar de modo práctico la forma que tiene la experiencia orante. Les llamamos pasos o momentos para que sirvan de guía. La importancia de estos momentos radica en que ayudan a una mayor comprensión de las vivencias por las que de forma muy variada pasa el orante. Tomar conciencia de estos momentos y profundizar en ellos ayuda a que el encuentro contigo mism@, con la realidad y con Dios sean más fecundos.

0° Momento: "PREPARACIÓN DE LA ORACIÓN". Este paso o momento tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc. Si se trata de un pasaje bíblico, hay que leerlo de un modo reflexivo.

1° Momento: "A LO QUE VENGO". Se trata de tomar conciencia del encuentro al que me dispongo. El orante trata de centrar todo su ser en torno a lo que se dispone a vivir. Decir una y otra a vez "a lo que vengo es a esto o aquello en la oración", no es algo mágico que despeja las distracciones o incertidumbres que se padecen, sino que es la reafirmación (por repetición) de un tono vital en el que deseo hallarme, para que todas las fibras humanas entren en juego durante la oración. **Al comienzo de la Oración me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO? Vengo a… Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra.**

2° Momento: "PACIFICACIÓN". Es una metodología para lograr concentrarme-descentrarme-centrarme. La pacificación tiene que ver con las posturas y actitudes que ayudan a disponer toda la persona en ese tono orante que se desea. La persona concentra sus ritmos, sus afectos y su razón en función de lo que se desea vivir. Y al ritmo de esta concentración, los pensamientos y afectos se ponen en movimiento, ayudando a tomar conciencia de las fijaciones, distracciones, etc., y poder dar paso a la capacidad de centrarse en aquello que dé mayor gusto interior y sentido. Para la pacificación ayuda mucho el lugar, la ubicación, los sonidos, etc. Este momento puede hacerse cuantas veces sea necesario. Muchas veces conviene retomarlo en otros momentos de la misma oración con la finalidad de alcanzar un mayor centramiento en la oración. Cada persona irá adquiriendo su propio modo de pacificarse. **La Pacificación la realizo ya sea sentado, paseando, acostado o reposado. Tanto en casa como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar. Me acomodo con una posición que ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser. Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio. [Una y otra vez repito este ejercicio].**

3° Momento: "Oración Preparatoria". Es una jaculatoria que ayuda a centrar los afectos y razonamientos. He propuesto en los Ejercicios Espirituales como oración preparatoria: "Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores, estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad". Esta Oración Preparatoria está propuesta para ser repetida tantas veces como sea necesaria. Incluso, puede tenerse como telón de fondo durante la pacificación. Cada persona puede modificarla y hasta resumirla en la forma que más le ayude. En su sencillez, esta oración es una jaculatoria, una especie de deseo repetido, y por ello familiar, que puede servir para nuestro diario caminar. **La oración preparatoria ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón.**

4° Momento: "COMPOSICIÓN DEL LUGAR". Un modo de trabajar la imaginación y los imaginarios. La Composición del Lugar es la recreación del contexto propio de cada persona que ora. Es la visualización de todos los elementos externos e internos que intervienen en la vivencia que se está teniendo. Se trata de que cada orante se ponga delante o frente a su contexto, a su realidad tal cual es, **como si presente se hallara**, con la finalidad de que pueda ubicarse de forma objetiva y real. Componer el lugar no se reduce a componer imágenes sin más, sino a un proceso que permita, mediante la energía de la propia palabra interior, crear su propio modo de dialogar con la vida y con Dios. **La Composición del Lugar es un momento muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos. 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración. 2°) Con la imaginación revivo los detalles del pasaje bíblico o el acontecimiento vital. 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara. 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.**

5° Momento: "PETICIÓN". Se trata de pedir lo que se desea. Por ejemplo: "Señor, dame conocimiento profundo e interno tuyo". **En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro, de lo más hondo de mi vida, ya que esta petición irá prefigurando la calidad del diálogo que se irá realizando a lo largo de la oración y que alcanza todo su sentido en el coloquio. Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición.**

6° Momento: "CONTENIDO O MATERIA". Es el tema o asunto sobre el que se basa la oración. La materia de la oración es muy variada. Cada persona ha previsto en la preparación de la oración, la materia de dicha oración. La materia no siempre es algo fijo o predeterminado, porque puede ocurrir que el mismo Dios hace que la oración tome otro rumbo y habría que estar abierto a ello. Si hemos dicho que la oración es un diálogo con un amigo, ello quiere decir que hay dos hablantes y ambos tienen su protagonismo en este encuentro. Cuando la Oración es de Meditación, o Contemplación o Aplicación de Sentidos, cuenta con una estructura muy propia para su desarrollo.

7° Momento: "COLOQUIO". Es un diálogo tierno y fecundo entre el Orante y Dios. El coloquio es una conversación que uno tiene tal como se conversa con un amigo. Se trata de una comunicación en la que uno balbucea con palabras bien sentidas aquello que se ha sedimentado en la vivencia tenida en la oración. El coloquio es otro aspecto que bien puede ser empleado en la cotidianidad de la vida. Muchas veces nos encontramos teniendo coloquios bien profundos. Será el Examen quien permita distinguir si tales diálogos son fecundos o no. **Hago el Coloquio hablando como habla un amigo a otro amigo, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar mis cosas, y queriendo consejo en ellas.**

8° Momento: "EXAMEN O CIERRE DE LA ORACIÓN". Es un modo de ver si lo vivido en la Oración es de Dios, si tiene significatividad en mi vida y hacia dónde me conduce la experiencia vivida. **Para el Examen (evaluación) de mi Oración pueden ayudarme las siguientes interrogantes:**

1°) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?
2°) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
3°) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?

4°) ¿Qué me distrajo en la Oración?
5°) ¿Qué se quedó grabado en mí?

Si se desea puede terminarse con alguna ofrenda o con esta que yo coloco al final de los Ejercicios Espirituales: **Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo. Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad. Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.**

También quiero ofrecerte de forma más precisa dos MODOS de orar, adicionales a la contemplación, que sirven para profundizar en la amistad con Jesús. Comienzan por ser prácticas precisas y concretas que luego nos abren a la realidad misma. Se trata de que el orante encuentre en cada momento de su vida cotidiana, el sencillo motivo y la oportunidad de hablar con Jesús, como su amigo entrañable.

1) Orar con las TRES POTENCIAS: "CAMINO DE LIBERACIÓN"

A diario nos encontramos diciéndonos: **¡No puedo más! ¡No entiendo! ¡No sé a que se debe esto que me pasa! ¡No está en mí! ¡No sé qué me sucede!** Corremos el riesgo de dejar a la deriva y al vaivén, la responsabilidad de nuestras decisiones.

Es posible ser libres, y una pista es: HACERNOS CARGO DE NOSOTROS MISMOS. Ir poco a poco cayendo en la cuenta de lo que sucede en nosotros; ¿cómo sucede? ¿a dónde nos lleva lo que sucede en nosotros? Y sobre todo interpretarlo a la luz del amor que Dios nos tiene.

La MEMORIA, el ENTENDIMIENTO y la VOLUNTAD, a esto llamo tres potencias. Tres fuerzas o aspectos fundamentales que necesitan funcionar de modo inseparable.

El método de las tres potencias pone de manifiesto toda mi persona, que ante el encuentro con Jesús en la oración me van ayudando a hacerme consciente de mis pensamientos, mis emociones y mis acciones, para encaminarme de forma más decidida a una experiencia de libertad, cayendo en la cuenta de lo que Soy y Poseo. El método de las tres potencias me ayuda a crecer en la capacidad de escucha y de respuesta a la palabra interpelante y amorosa de Dios.

La estructura de la Oración con TRES POTENCIAS es muy simple. Como ves los cinco primeros momentos son los mismos ya describí un poco antes. Y de igual el Coloquio y el Examen. Pero la Materia es la que tiene un estilo muy propio.

0° Momento: **"Preparación de la Oración"**
1° Momento: **"A lo que vengo"**
2° Momento: **"Pacificación"**
3° Momento: **"Oración Preparatoria"**
4° Momento: **"Composición del Lugar"**
5° Momento: **"Petición"**
6° Momento: **"Contenido o Materia"**
- *6.1.-* **Memoria.** Recordar paso a paso cada parte del pasaje bíblico y con detenimiento precisar las palabras y situaciones claves.
- *6.2.-* **Entendimiento**. Tratar de comprender el mensaje, la buena noticia que me salta a la vista: ¿de qué trata?, ¿qué dice para mi vida? y ¿qué dice para hoy? Que mi vida se vea reflejada desde el mensaje que se me da.
- *6.3.-* **Voluntad**. Dejar que la Palabra de Dios toque mis fibras internas y disponerme para decidir mi respuesta a la propuesta que se me hace. Se trata de implicar aquí toda mi afectividad.

7° Momento: **"Coloquio".**
8° Momento: **"Examen o Cierre de la Oración".**

NOTA: Aquí tienes algunos textos bíblicos con los que puede hacer este tipo de Oración.

- Jn. 3,1-21: Nacer de nuevo.
- Lc. 4,16-21: Misión de Jesús.
- Mt. 5,13-16: Sal para la tierra y luz en el mundo.
- Jn. 4,1-30: El agua verdadera.
- Jn. 10,1-18: Buen pastor.
- Jn. 6,19-21: El verdadero tesoro.
- Mt. 16,24-28: Seguir a Jesús.
- Lc. 6,20-23: Bien aventurados.
- Mt. 25,14-30: Los talentos.
- Mt. 6,25-34: Confianza en Dios.
- Mt. 19,16-24: Joven rico.

2) Orar con APLICACIÓN DE SENTIDOS: "CAMINO DE HUMANIZACIÓN"

La vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto, como bien sabes, más que sentidos externos, son fundamentalmente sentidos internos. Ponen en dinamismo a toda la persona: su razón, su emoción y sus acciones. A través de los sentidos (con gestos, símbolos, sentimientos y palabras), establecemos una comunicación de forma más sentida con nosotros mismos, con los demás, con las cosas y con Dios.

Con la Aplicación de Sentidos (o Traer los Sentidos), se busca que la SENSIBILIDAD del orante vaya pareciéndose a la de Jesús. No basta que nuestros ideales y valores coincidan con los de Jesús, ni que vivamos momentos de fervor y entusiasmo en nuestra vida de orantes. Hace falta que toda nuestra persona se humanice al modo de la humanidad de Jesús, adquiriendo una capacidad de percibir, de interpretar y de disponerse en la vida de modo cualitativo. Y esto sólo se logra con una mirada que pueda ver el paso de Dios, con un oído atento a la voz de la gente y la de Dios, con un olfato que sabe percibir rumbos, con un gusto que sabe encontrar el toque especial de la vida y con un tacto que sostiene y acaricia con audacia y ternura la vida.

[Orante] ***Ignacio, ¿puede una persona no tener o perder el sentido de su vida y vivir vacío o amargado?***

[Ignacio] Si es posible. Y nosotros mismos nos vemos envueltos en esta atmósfera de insatisfacción. No sólo es posible sino que a veces se llega al extremo de ir enrareciéndonos hasta el punto de encontrarnos en callejones sin salida.

[Orante] ¿Por qué sucede esto?

[Ignacio] Porque el sentido de la persona no es sólo "UN YO", sino también "UN TU" que unidos se convierten en "UN NOSOTROS". La única y definitiva vocación de las personas es VIVIR PLENAMENTE SU SER HUMANO. Cuando mi comunicación y mi relación vital no se da con las personas sino tan sólo con las cosas (objetos, prendas, marcas, moda, etc.,), entonces empiezo a utilizar a la gente y les doy importancia en cuanto me son útiles. Me estoy creyendo el centro de atracción; el centro de la historia, y por tanto, todo y todos giran alrededor mío.

Humanizarse es fortalecer la capacidad de mis sentidos para percibir la realidad, para percibir a los otros, para mirar con ojos humanos, escuchar con oídos atentos, tener el tacto cercano y poder olfatear la vida que viven las personas. Se trata de estar en la sintonía de la vida, especialmente de los que no la tienen porque se les ha quitado, como dice Lucas: ¿de quien te hiciste prójimo?

Este camino de humanización ayuda a rehacerme interiormente, me va constituyendo como persona y como hermano mostrándonos a Dios como Padre. Porque la oración con Aplicación de Sentidos es un sencillo y elemental método para poner en funcionamiento las fibras más sensibles que tenemos.

La estructura de la oración con APLICACIÓN DE SENTIDOS es muy simple. Como puedes ver los cinco primeros momentos son los mismos. Lo mismo sucede con el Coloquio y el Examen. Pero la Materia es la que tiene un estilo muy propio.

0° Momento: **"Preparación de la Oración"**
1° Momento: **"A lo que vengo"**
2° Momento: **"Pacificación"**
3° Momento: **"Oración Preparatoria"**
4° Momento: **"Composición del Lugar"**
5° Momento: **"Petición"**
6° Momento: **"Contenido o Materia"**

- *6.1.-* **Ver** con la vista imaginativa las personas y reflexionar para sacar provecho. Se trata de verlas con detenimiento y atención.
- *6.2.-* **Oír** lo que hablan las personas y reflexionar para sacar provecho. Se trata de estar atentos a lo que comunican y al mensaje que transmiten. Hay que abrir bien los oídos para escuchar.
- *6.3.-* **Oler y Gustar** la infinita suavidad y dulzura de la divinidad y reflexionar para sacar provecho. Se trata de ir con el olfato y el gusto tras el rastro del ambiente de los hechos que contemplo, para saborear y olfatear lo que se produce en la realidad que estoy orando.
- *6.4.-* **Tocar** el lugar donde acontece la escena de lo que estoy orando y reflexionar para sacar provecho. Se trata de sentir todas las manifestaciones que suceden dentro de la situación que se desarrolla.

7° Momento: **"Coloquio".**
8° Momento: **"Examen o Cierre de la Oración".**

NOTA: Aquí tienes algunos textos bíblicos con los que puede hacer este tipo de Oración.

- Lc. 10,29-37: Amigo del caído.
- Lc. 15,11-31: Vuelvo a la casa del Padre.
- Jn. 3,1-21: Nacer de nuevo.
- Jn. 11,1-44: Aunque ya este casi perdido; me llamas a la vida.
- Mt. 26,69-75: He negado al amigo
- Jn. 4,1-30: Agua Que da vida.
- Lc. 8,4-15: ¿Cuál es mi cultivo?
- Jn. 6,30-44: Que alcance el pan para todos.
- Mt. 27,1-57: La muerte de mi amigo.

[Orante] ***Ignacio, ¿por que has centrado nuestra conversa en estos dos estilos de oración?***

[Ignacio] Pienso que la Oración es un aspecto fundamental en el camino del cristiano. Y este camino necesita estar marcado por un radical sentido de Libertad y Humanización. Te sugiero que con frecuencia tu oración tenga como fundamento la Biblia, y que ores con el método de Tres Potencias (Memoria, Entendimiento y Voluntad) y que lo alternes con el método de la Aplicación de Sentidos, para que desde la oración de la Palabra de Dios puedas ir profundizando en el Plan de Dios.

Todas estas ayudas sólo pretenden ser una ESCUELA DE ORACIÓN. En una escuela no se aprende todo desde el principio, sino que poco a poco vas acertando en el modo y en las cosas que más puedan ayudarte..

DESPEDIDA

[Orante] ***Ignacio, para mi ha sido una gran oportunidad el haber conversado contigo, quisiera que no fuera la última vez que nos veamos.***

[Ignacio] Yo también así lo deseo y con especial interés me siento al saber que como cristiano estás buscando dar sentido a tu vida y dar a tu pueblo lo mejor que hay en ti. Te animo a que sigas profundizando y que nunca haya en ti razones y excusas para perder tu horizonte. ***"Que en todo puedas amar y servir"***.

Tu amigo y compañero, Ignacio de Loyola.