



**FACULTAD DE TEOLOGÍA  
INSTITUTO DE ESPIRITUALIDAD**

TRABAJO FIN DE MÁSTER IGNACIANA

**LA SANACIÓN DE LAS HERIDAS INTERIORES  
EN LA DINÁMICA DE LOS EJERCICIOS  
ESPIRITUALES DE SAN IGNACIO DE LOYOLA**

---

Presentado por:  
**Noël Sèmassa Hinvo**

Dirigido por:  
**Prof.: D. Luis María García Domínguez**

**MADRID  
Julio 2020**





**FACULTAD DE TEOLOGÍA  
INSTITUTO DE ESPIRITUALIDAD**

**LA SANACIÓN DE LAS HERIDAS INTERIORES  
EN LA DINÁMICA DE LOS EJERCICIOS  
ESPIRITUALES DE SAN IGNACIO DE LOYOLA**

---

Visto Bueno del Director

Prof.: D. Luis María García Domínguez

Fdo.  
**Madrid-Junio 2020**



## Dedicatoria

A todas las personas que han sufrido o sufren cualquier tipo de heridas (agresión sexual, tentativa de aborto, abandono, traición, falta de amor paterno, etc.), y a todos los que dedican su tiempo a ayudarlas a rehacer su vida y responder a su vocación.

## Agradecimientos

Damos las gracias a:

- D. Luis María García Domínguez, nuestro director y tutor, por haber aceptado y dirigido nuestro Trabajo de fin de Máster. Sus correcciones y orientaciones nos han sido de una gran ayuda.
- D. José García de Castro, director del Máster ignaciana por su cercanía y sus ánimos.
- Nuestros compañeros de provincia (AOC) con quienes estamos estudiando en España por sus apoyos y oraciones.
- Nuestros compañeros de comunidad de Pintos, 17 por sus apoyos y oraciones.
- Nuestra familia y nuestros amigos por su cariño, apoyo y oración.

## Siglas y abreviaturas

### 1. De fuentes ignacianas

<i>Au</i>	Autobiografía de san Ignacio de Loyola
<i>Co</i>	Constituciones de la Compañía de Jesús
<i>De</i>	Diario espiritual de san Ignacio de Loyola
<i>Ej</i>	Ejercicios Espirituales de san Ignacio de Loyola
<i>Epp</i>	Epistolae et Instruktionen Ignatii Loyolae
FI	Formula del Instituto
<i>FN</i>	Fontes Narrativi de sancto Ignatio de Loyola
<i>MNad</i>	Monumenta Nadal

### 2. Otras abreviaturas

AA. VV.	Autores varios
AHSI	Archivum Historicum Societatis Iesu. Roma
BAC	Biblioteca de Autores Cristianos
Canc.	Canción (Poema de san Juan de la Cruz)
Cf.	Confer
CIC	Catecismo de la Iglesia Católica
CIS	Centrum Ignatianum Spiritualitatis. Roma
Ct	Cantar de los cantares
DDB	Desclée de Brouwer
<i>DEI</i>	Diccionario de Espiritualidad Ignaciana
Ed., eds.	Editor, editores
Flp	Carta de san Pablo a los Filipenses
GEI	Grupo de Espiritualidad Ignaciana
GS	Gaudium et Spes. Constitución pastoral del Concilio Vaticano II
Lc	Evangelio según Lucas
Sb	Sabiduría
SCG	Suma Contra los Gentiles de santo Tomás de Aquino
UPComillas	Universidad Pontificia Comillas. Madrid
UPS	Universidad Pontificia de Salamanca
Vol., Vols.	Volumen/Volúmenes



## Introducción general

«Es imposible que el encuentro personal del hombre pecador [herido, golpeado por las circunstancias de la vida] con Jesús su salvador no cambie nada, no lo haga pasar a [...] una confianza nueva, gracias a la relación humilde que aprende a vivir con su Señor»<sup>1</sup>.

Según el número 21 de los Ejercicios Espirituales, una de las finalidades de estos es «vencer a sí mismo y ordenar su vida. Sin determinarse por afección alguna que desordenada sea». Así, los Ejercicios Espirituales implican un proceso de ordenamiento de vida y de liberación del sujeto porque abren una vía hacia intensas purificaciones y transformación del yo en sus dimensiones afectiva, intelectual y volitiva. Como proceso de transformación interna, los Ejercicios dan al ejercitante la posibilidad de tener una vida nueva, pacificada y reconciliada. Orientan la mirada de los que los reciben hacia nuevos horizontes esperanzadores. La dinámica de los Ejercicios ignacianos favorece «una integración y reconciliación de los diversos aspectos de nuestra condición humana hasta hacernos a imagen de Cristo, cuya misión ha sido de “reconciliar todas las cosas consigo, pacificando con la sangre de su cruz todas las cosas que están sobre la tierra y sobre el cielo” (Col 1, 20)»<sup>2</sup>. La progresiva cristificación desencadena en el ejercitante un proceso de reconciliación que se extiende «por todos los ámbitos de la existencia: en uno mismo, con Dios y con el mundo»<sup>3</sup>. Desde ahí, podemos decir que los Ejercicios apuntan hacia una pacificación integral, es decir multidimensional.

Es imposible acompañar a las personas que hacen los Ejercicios sin descubrir, con admiración, que Jesús largamente contemplado y escuchado con una actitud de amor tiene hoy para cada persona un llamamiento particular, un modo propio por el cual la quiere introducir en la participación en su vida y su misión de salvación. La acogida y la adhesión a dicha misión cambian el rumbo de la vida del ejercitante. Durante mi magisterio de dos años en una casa de ejercicios he sido también testigo de estas

---

<sup>1</sup> S. Decloux, “La transformación del yo y la experiencia de la relación interpersonal con Jesús”. En *Psicología y ejercicios ignacianos*. Vol. I Eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge. (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000), 398.

Encontramos la misma idea de la eficacia, del poder transformador de la Palabra de Dios en Is 55, 10-11: “del mismo modo que descienden la lluvia y la nieve de los cielos y no vuelven allá de vacío, sino que empapan la tierra, la fecundan y la hacen germinar, para que dé simiente al sembrador y produzca pan para comer, así será la palabra de Dios de mi boca: no tornará a mí vacío, pues realizará lo que me he propuesto y será eficaz en lo que le mande”.

<sup>2</sup> J. Melloni, “La pacificación que propician los Ejercicios Espirituales”, *Revista de Espiritualidad Ignaciana* Vol. XLII 128 (2011), 9.

<sup>3</sup> Melloni, “La pacificación”, 10.

maravillas de Dios en la vida de los que entran en los Ejercicios «con grande ánimo y liberalidad con su Criador y Señor» (*Ej 5*). Después de muchos días de luchas internas y de encuentro personal con el Señor, varios ejercitantes salen pacificados, miran su futuro con esperanza, vuelven al mundo llenos de positividad, de deseo de perdonar o de recibir el perdón del otro. Pese a todas las rupturas vividas en el pasado, el ejercitante se reconecta con la tendencia continua y espontánea del hombre a autotrascenderse que habría sido puesta a mal por las diversas situaciones conflictivas sufridas. El sujeto gana en lucidez acerca de su historia personal, tiene una sana imagen de Dios y desea vivir a partir de ahora su relación con Él desde la confianza.

Ante esta pacificación que se deriva de la dinámica de los Ejercicios espirituales, surge una cuestión: ¿la pacificación que propician los Ejercicios espirituales sería solo de orden espiritual o influiría también en lo psicológico? Dicho de otro modo, ¿la dinámica de los Ejercicios abriría un camino de sanación de algunas heridas interiores, es decir, induciría nuevos procesos psíquicos? No parece absurdo plantearse una tal cuestión dada la diversidad de las personas llamadas a recibir los Ejercicios. A propósito de los Ejercicios el mismo san Ignacio escribió: «son todo lo mejor que en esta vida yo puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo, como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos»<sup>4</sup>. Si con considerados con tales, pensamos que son un bien que debe ser asequible, según sus diferentes modalidades, a un gran número de personas. Sin embargo, no todos los ejercitantes son psicológicamente sanos. Cada uno viene con su historia personal: sus alegrías, sus frustraciones, sus heridas, sus proyectos, sus fracasos, sus dudas, etc. Aquí por “insanos psicológicos”, entendemos que no se trata de personas en descompensación o aquejadas de graves crisis de personalidad. Éstas no pueden con su estado anímico hacer con gran provecho los Ejercicios.

Detrás de nuestro problema, no se tratará de postular la sanación como el primer objetivo de los Ejercicios ignacianos, sino ver cómo su dinámica interna provocaría una posible curación de algunas heridas interiores sufridas, es decir una reconstrucción volitiva, cognitiva y afectiva. En otras palabras, no pretendemos reducir los Ejercicios a mero instrumento terapéutico, tampoco hacer de la sanación su último imperativo. Los Ejercicios ignacianos son más que un método terapéutico.

---

<sup>4</sup> *Epp.* 1, 111-113.

También queremos advertir que los Ejercicios espirituales no son y no han de ser considerados como una fórmula mágica que cambian de hoy a mañana la vida de los ejercitantes. Si fueran así, las personas que siguen luchando con algunas de sus heridas después de haber hecho varias veces los Ejercicios podrían venir a acusar a Dios de ser un Dios arbitrario que regala a algunos la sanación y a otros no, o de auto-culpabilizarse reprochando a sí mismo su falta de fe. Los Ejercicios no han de hundir más al ejercitante en su crisis existencial, sino que deben ser una ayuda para salir de las obscuridades, de la negatividad, etc.

Para estudiar nuestro problema, el del posible efecto terapéutico que proceda de la experiencia del encuentro personal con el Señor, hemos estructurado nuestro trabajo en un plan ternario.

En el primer capítulo, intentaremos explicitar el sentido de los términos de heridas interiores, y de sanación. En las últimas décadas la expresión herida interior se ha puesto de moda y se usa indistintamente en varios contextos. Para nuestro actual mundo que huye todo sufrimiento y está en búsqueda del bienestar, los temas de herida interior y de la sanación encuentran un eco favorable. Dado el uso plurívoco de los términos, se nos hizo imprescindible un trabajo preliminar de elucidación conceptual, a fin de delimitar y precisar el sentido en el que emplearemos los términos, y de plantear adecuadamente nuestra problemática. Así, en el primer capítulo dedicado a una suerte de antropología psicológica, haremos, en primer lugar, un breve recorrido desde las antropologías clásicas hasta la antropología ignaciana. En segundo lugar, elaboraremos una presentación sistemática de la realidad de las heridas interiores, y por último nos interesaremos a la relación entre salvación y sanación.

En el segundo capítulo, exploraremos cómo la imagen de Dios que late en los Ejercicios ofrece una base sólida para la reestructuración de la persona herida. Para ello, empezaremos presentando la experiencia fundante que san Ignacio tuvo en Manresa. Es una experiencia de conversión de mirada sobre Dios y la creación. Después de la Iluminación del Cardoner, san Ignacio cambia radicalmente la orientación su de vida: vuelve a la realidad, abandona las penitencias y sale a la calle. No sería para nada que Ignacio enfrenta al ejercitante al principio y al fin del proceso de los Ejercicios a la concepción de Dios. Luego, pondremos de manifiesto las disposiciones internas y externas que el ejercitante que debe tener para dejarse encontrar por Dios. En el último epígrafe de este capítulo, mostraremos, apoyándonos en la teoría de apego aplicada a la

experiencia religiosa, la dimensión sanadora de la imagen de Dios subyacente a los Ejercicios ignacianos. En efecto, el encuentro con un Dios considerado como una segura figura de apego puede llevar a la reelaboración de relaciones seguras con Dios, consigo mismo, con los demás y con el mundo circundante. En consecuencia, el sujeto sale de los lugares donde nunca puede encontrar el amor que su corazón anhela.

En el tercer y último capítulo, nos detendremos en el proceso reconfiguración de la identidad psicosocial y psicoafectiva desde el seguimiento de Cristo. En efecto, si el rostro del Dios considerado como Padre Creador y Perdonador, Consuelo y Refugio se contempla históricamente en la vida de Jesús terreno, eso significa que Jesús es la figura que ha de polarizar e impulsar las estructuras psicoafectiva y psicosocial más hondas del ejercitante. La referencia para el proceso de remodelado es el Hijo de Dios, el Verbo que ha tomado carne. De este modo, la persona intenta rehacer su historia desde los valores y opciones que Jesús propone.

Para alcanzar este objetivo, destacaremos dos recursos del aparato psíquico del hombre a los que recurre la propuesta ignaciana de identificación con Cristo, y hacen inteligible el efecto sanador que podría generar dicha identificación. Enseguida mostraremos a partir de algunos ejercicios de la segunda semana, cómo el seguimiento lleva a la persona herida, otrora encerrada en sí misma, a comprometerse con el mundo y a abrazar los valores de Jesús. En tercer lugar, focalizaremos nuestra intención sobre las actitudes de Jesús durante su Pasión. Estas serían también sanadoras. En efecto, al aceptar al Jesús como su modelo de resiliencia, a desear perdonar a sus ofensores y asumir con responsabilidad las consecuencias de sus elecciones, la persona herida se abrirá un camino de sanación. Ya el hecho de renunciar a la venganza y al odio que envenenan la herida es un paso importante para la transformación del Yo.

Por último, escrutaremos el poder sanador que tienen las contemplaciones de las apariciones del resucitado en la cuarta semana de los Ejercicios. La contemplación del oficio de consolación que trae el resucitado podría generar o devolver en una persona herida esperanza, inscribir su vida en un nuevo horizonte de sentido. Ya todo no está perdido, todo no está determinado por lo anteriormente vivido. Con respecto a la resurrección, la muerte, los fracasos vividos, la fealdad de las heridas sufridas son ahora realidades penúltimas. El amor de Dios puede superar todo.

## CAPÍTULO 1: LA PROBLEMÁTICA DE LAS HERIDAS INTERIORES Y DE LA SANACIÓN

De manera básica, la herida es la consecuencia de la acción de herir. Del latín, *ferire*, herir significa golpear, sacudir o dañar. El diccionario de María Moliner define el término herida como una «lesión en algún lugar del cuerpo causada por un golpe, un arma o un accidente cualquiera». De este modo, la herida introduce una ruptura, quiebra y rompe la continuidad con el estado anterior a su aparición. En la definición común a diferentes diccionarios la herida es, ante todo, corporal y externa. Es decir, que la parte que está afectada y que sufre es el cuerpo. Dicho de otro modo, el ser humano herido está dolorido en su dimensión física. En el sentido propio, la idea de herida evoca, en primer lugar, un daño, un sufrimiento corporal. Esta acepción la más conocida no sufre ninguna ambigüedad, aunque haya una gran variedad de lesiones físicas.

En cambio, en nuestra época se hablan cada vez más de heridas interiores. En la actualidad contemporánea, el concepto de heridas interiores se halla presente en varios campos epistemológicos: medicina, filosofía, teología espiritual, espiritualidad, etc. Hoy en día, a diferentes niveles de la vida social, se podrían oír las afirmaciones de tipo: “He sido herido en mi amor propio o propia estima”, “tu palabra me ha herido”, “sufrí muchas heridas con X o Y”, “tus palabras son heridoras”, etc. Del mismo modo se propone desde distintas perspectivas una serie de actividades que giran en torno a la noción de heridas interiores: seminarios de desarrollo personal, retiros/sesiones de sanación de heridas interiores, etc. Los temas de heridas interiores y curación parecen preocupar a nuestros contemporáneos.

En el discurso trivial, el término de heridas interiores se emplea indistintamente y muchas veces, sin intento de definir y cernir la realidad a la cual refiere. Esto genera una confusión. En efecto, ¿una noción que cubre un campo epistemológico tan grande y variado podría ser unívoco? Pero, antes de dedicarnos a explicitar la noción de herida interior, haremos algunas aclaraciones antropológicas. Desde nuestra antropología exploraremos el sentido de las nociones de heridas interiores y sanación.

## I. De las antropologías clásicas a la antropología ignaciana

Todos los modelos antropológicos distinguen en el ser humano un componente visible o físico y un componente invisible o inmaterial. Si todos están de acuerdo sobre la parte visible que es el cuerpo, todos no le conceden la misma dignidad. Del mismo modo, respecto a los elementos constituyentes de la parte invisible y la naturaleza de su relación con el cuerpo surge una gran divergencia. Dada la diversidad de perspectivas, culturas, filosofías y teologías la visión del hombre es plural.

### 1. El modelo dualista

La primera visión del ser humano, más extendida en el cristianismo occidental, «considera a la persona como un compuesto de dos elementos: cuerpo y alma»<sup>5</sup>. Según GS 14, el hombre es «uno en cuerpo y alma». En su afirmación de la unidad indivisible del hombre, el cristianismo se distancia del dualismo griego y gnóstico que sostiene que el cuerpo y el alma son dos sustancias diversas, dos realidades separadas y opuestas. El dualismo heredado de la filosofía griega esclarece la condición humana «en términos de dos realidades mutuamente extrañas u hostiles, o simplemente yuxtapuestas»<sup>6</sup>. El alma es considerada como un principio autónomo, inmortal e inmaterial, mientras que el cuerpo es predicado de mortal y material. El alma se realiza plenamente en lo que es separándose de la materia precedera que es la carne. El anhelo del alma, prisionera en el cuerpo durante toda la vida, es liberarse de esta cárcel.

Frente al dualismo ontológico, al materialismo que sobrevalora la corporalidad y al espiritualismo que prefiere las experiencias interiores del alma<sup>7</sup>, el cristianismo, anclado en el pensamiento bíblico que contempla al hombre como un todo, defiende que «el ser humano no es solamente alma ni solamente cuerpo, sino el conjunto indisociable de ambos elementos»<sup>8</sup>. Hay una unión sustancial entre el cuerpo y el alma: el cuerpo, él solo no es el ser humano; tampoco el alma, él solo es el ser humano. Por un lado, el alma da al cuerpo la vida dándole las capacidades para moverse y cumplir las

---

<sup>5</sup> Fernando Rivas Rebaque, *Terapia de las enfermedades espirituales en los padres de la Iglesia*, (Madrid: San Pablo, 2007), 30.

<sup>6</sup> Juan Luis Ruiz de la Peña, *Creación, gracia, salvación*, (Santander: Sal Terrae, 1993), 60.

<sup>7</sup> La afirmación de unión entre ambos elementos es un rechazo de dos grandes errores antropológicos: el materialismo o naturalismo (modelo que pone el cuerpo como la única referencia para entender al hombre y niega la existencia del alma o la considera como un producto derivado) y el espiritualismo (modelo que atribuye al alma una dignidad más grande y desprecia al cuerpo). Cf. Rivas Rebaque, 31.

<sup>8</sup> Rivas Rebaque, 30.

actividades que mantienen su unidad. Somos cuerpo significa somos seres vivos. Por otro lado, el alma necesita del cuerpo para expresarse y actuar sobre el mundo exterior. Por lo tanto, «el hombre entero es, indistintamente, cuerpo animado/alma encarnada»<sup>9</sup>. De esta forma, el cuerpo y el alma no forman un todo accidental, sino un todo esencial. El cuerpo animado constituye el lugar de la epifanía del hombre. Con esta visión unitaria se pone de manifiesto que es todo el hombre el que será salvado en su integridad corpóreo-espiritual. En lugar de la inmortalidad del alma se hablará en el cristianismo de la resurrección de la carne.

En la misma línea de superación del dualismo, «la determinación cristológica de la antropología cristiana fue decisiva para integrar el cuerpo en la verdad del hombre. El texto de Jn 1,14 [...] (“el Lógos se hizo carne”), fue la instancia decisiva que permitió recuperar la carnalidad [...] y rechazar la fortísima tentación que los espiritualismos desencarnados han supuesto para una adecuada comprensión del fenómeno humano»<sup>10</sup>. Con la encarnación y la resurrección de Cristo se cambia la mirada sobre el cuerpo.

Aunque la concepción del ser humano es dual, la antropología cristiana no es dualista. La dimensión unitaria del ser humano es muy importante, porque nos ayudará a dar cuenta de las posibles interacciones existentes entre los compuestos del hombre. La revaloración de la corporalidad permite reintegrar el cuerpo en la experiencia espiritual, y alejarse de una espiritualidad desencarnada y de aislamiento. En efecto, si Dios vino al encuentro de los hombres tomando carne, el cuerpo no ha de ser excluido del camino hacia Dios. Mejor dicho, el cuerpo se inserta en el proceso que conduce a Dios. Sin embargo, respecto a la experiencia humana y su vivencia, el modelo dualista queda un poco reductor. Esta visión no nos permitirá una adecuada intelección de los temas de herida interior y sanación que será fruto de un camino espiritual.

## 2. El modelo tripartito inspirado en san Pablo

El segundo paradigma antropológico considera al hombre «como un conjunto armónico de tres elementos: cuerpo, alma y espíritu»<sup>11</sup>. Esta visión tripartita del ser humano se inspira en san Pablo. Fue él quien introdujo este tercer elemento del espíritu, en su carta a los Corintios (1 Cor 2, 14-16) y la siguiente doxología de 1Tes 5,23: «que el Dios de la paz, os haga plenamente santos, y que todo vuestro ser, el espíritu, el alma

---

<sup>9</sup> Ruiz de la Peña, 57.

<sup>10</sup> Ruiz de la Peña, 51-52.

<sup>11</sup> Ruiz de la Peña, 30.

y el cuerpo, se conserve sin mancha hasta la venida de nuestro Señor Jesucristo». Pablo subraya la unidad del hombre. Es todo su ser que ha de conservarse hasta la parusía. Entonces, «los tres elementos no constituyen tres partes separadas o compartimentos estancos del ser humano, que es uno e indiviso, y se considera como tal la conjunción del cuerpo, el alma y el espíritu»<sup>12</sup>. En este conjunto tripartito Pablo contempla al ser humano como un todo orgánico.

Con Pablo se produce un desarrollo en la comprensión del hombre. Al incorporarse en su visión del ser humano el elemento del espíritu, la antropología cristiana se vuelve «una antropología de la vida espiritual, o de la vida en el Espíritu, que toma en cuenta ciertamente al “hombre natural” compuesto de un alma y un cuerpo, descrito por los filósofos, pero integrando la componente de la gracia o del espíritu (pneuma)»<sup>13</sup>. Pablo distingue el “hombre espiritual” del “hombre natural”, pero sin contraponerlos como lo hacían los gnósticos. Recorriendo al pensamiento paulino san Ireneo de Lyon objetará contra los gnósticos que el “hombre espiritual” es inseparable del “hombre natural”, sin sustancia carnal no hay hombre espiritual.

El hombre natural que «no ha recibido el Espíritu de Dios, no puede comprender el misterio de Dios (1Cor 2,1) y la sabiduría de Dios es necedad para él»<sup>14</sup>. Pues el espíritu, que no es el Espíritu, sino una parte del compuesto humano hace del hombre un ser abierto a la transcendencia. En Rm 8,16, san Pablo nos enseña que es el Espíritu mismo que da testimonio a nuestro espíritu. El espíritu, *pneuma*, es la puerta hacia Dios. Dicho de otro modo, es el lugar desde donde el hombre se relaciona con Dios, es «el principio activo de asimilación de hombre a Dios»<sup>15</sup>. El espíritu es el órgano de la oración, es decir, la dimensión del hombre que le permite ponerse a la escucha de Dios. En él «reside Dios, se recibe la gracia santificante, se obra la unión con Dios»<sup>16</sup>. Por esta dimensión espiritual el hombre puede participar de la vida divina y asimilarse progresivamente a Dios. El hombre es capaz de Dios y está orientado desde su creación hacia Dios. La unidad del hombre natural y del hombre espiritual hace que la vida en el Espíritu afecte al hombre entero. La vida activa y contemplativa es perfeccionada por la apertura del alma a Dios.

---

<sup>12</sup> Rivas Rebaque, 34.

<sup>13</sup> Ysabel De Andía, *Homo viator. Antropología del camino espiritual*, (Madrid: BAC, 2017), 77.

<sup>14</sup> De Andía, 78.

<sup>15</sup> De Andía, 80-81.

<sup>16</sup> E. Hernández, “Ante la estructura y las operaciones del alma”, *Manresa* 90 (1952), 7.

El espíritu es la «esencia y sustancia íntima del alma»<sup>17</sup>, lugar de encuentro del alma con Dios. Para situarlo dentro de la estructura del alma, los autores emplearon varias metáforas para describir esta realidad. El espíritu es considerado como lo más íntimo, lo interior, lo más adentro (centro, fondo, morada interior, recámara íntima,) del alma. La metáfora del centro del alma es propia a san Juan de la Cruz y santa Teresa de Jesús<sup>18</sup>. La metáfora del fondo indica el movimiento de interiorización creciente hasta llegar a una fuente. En una dirección ascendente el espíritu es lo más alto (ápice, cima, punta fina, cumbre) del alma. Con la imagen de la cima, el alma se alza hacia la trascendencia divina que la toca en su punta.

De cara a nuestro objeto de reflexión, el modelo tripartito nos brinda un elemento que nos ayudará a plantear las preguntas relativas al concepto de las heridas interiores y a buscar la posibilidad de su sanación a partir de una experiencia espiritual.

A pesar de esta aportación significativa, nos preguntamos a la luz de los desarrollos antropológicos posteriores si el alma humana no tendría otras potencialidades interiores. Para ahondar en el conocimiento de la estructura del alma exploraremos algunos rasgos de la antropología ignaciana. Nos referiremos a ella no por ser totalmente novedosa, sino porque la sanación de las heridas interiores sea abordada a la luz de los Ejercicios ignacianos, es decir como fruto de una experiencia espiritual. Se tratará de sanación de dimensiones concretas del ser humano. Si nos fallan en el sujeto ignaciano un soporte natural que haga posible la experiencia de Dios, la existencia de potencialidades interiores susceptibles de ser existencialmente heridas, nuestro estudio carecería de sentido o parecería como la proyección en la espiritualidad ignaciana de realidades que le son totalmente ajenas. Por lo tanto, es menester acercarnos a la antropología subyacente a los Ejercicios.

### 3. Paradigma antropológico ignaciano

El sujeto ignaciano no nace de la nada. Echando mano de esquemas y conceptos antropológicos tradicionales (sobre todo agustiniano y tomista), san Ignacio sintetizó una concepción analítica del hombre sobre la cual basa su pedagogía espiritual<sup>19</sup>.

---

<sup>17</sup> Hernández, “Ante la estructura”, 7.

<sup>18</sup> Cf. De Andía, 97-98; Santa Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 4, 2 & 5-6, 7, 2 & 8-10; San Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, 1, 3 & 9.

<sup>19</sup> Además de los libros y artículos que citaremos explícitamente en esta sección, hemos consultado algunos más tales como: S. G. Arzubialde, “Enfermedad”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de

### 3.1. El hombre es uno

Con respecto a la larga tradición cristiana la concepción ignaciana del ser humano es unitaria. En efecto, san Ignacio, un hombre menos abstracto, no tiene un tratado de antropología, pero es posible rastrear una desde su descripción del hombre y actividades propuestas en su manual de oración. En los Ejercicios san Ignacio subraya en varios lugares la unidad entre el cuerpo y ánima (*alma/psyché*). Es posible que haya matices conceptuales entre ánima y alma, pero optamos por identificarlas. «San Ignacio considera al hombre como un ser compuesto (“el compósito”, *Ej 47*), fundamentalmente de alma inmortal (“partes superiores”, *Ej 87*) y cuerpo corruptible (“partes inferiores”, *Ibid.*)»<sup>20</sup>. En los Ejercicios detectamos en otras dos probables aserciones a favor de la unidad de este compósito humano. La primera aparece en la composición de lugar del primer ejercicio de la primera semana. Ahí Ignacio, para facilitar la imaginación de la situación del hombre desterrado en un valle por sus pecados, invita a ver al hombre en su totalidad, es decir en «todo [su] compósito de ánima y cuerpo» (*Ej 47*). La propuesta de «ver con la vista [a los hombres que se hallan en el infiero como ánimas] en cuerpos ígneos» (*Ej 66*) va en la misma línea que lo anterior. De este modo, Ignacio, en su descripción de la situación escatológica de «las personas que van de pecado mortal en pecado mortal» (*Ej 315*) sin cambiar de rumbo, pone de manifiesto la unidad de los componentes del ser humano. Este hombre perecerá en su cuerpo y alma.

La otra afirmación de la visión unitaria del ser humano es la invitación a ver al Jesús resucitado que «apareció a su bendita Madre en cuerpo y en ánima» (*Ej 219*). Esta afirmación es claramente anti-gnóstica y anti-dualista. Para san Ignacio, está claro que el resucitado no se separó de su cuerpo. En consecuencia, no es necesario que el alma humana se separe del cuerpo para alcanzar su plenitud. De hecho, en la espiritualidad ignaciana el cuerpo forma parte integrante del proceso oracional. El cuerpo está puesto al servicio de la elevación del alma, ni se lo contrapone al alma ni se presenta como su enemigo. Para recibir lo que busca la persona orante, Ignacio piensa que la postura del cuerpo puede servir de ayuda. Quiere que busquemos en cada momento la postura más oportuna para disponer el alma a la oración, poniéndonos «cuándo de rodillas, cuándo postrado en tierra, cuándo supino rostro arriba, cuándo asentado, cuándo en pie» (*Ej*

---

Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007): 750-759; F. J. Ruiz Pérez, “Hombre”, en *Id.*: 942-947; A. Alburquerque, “Memoria”, en *Id.*: 1211-1216; D. Salin, “Voluntad” en *Id.*: 1787-1790.

<sup>20</sup> Manuel Ruiz Jurado, *A la luz del carisma ignaciano. Estudios sobre san Ignacio de Loyola y la Compañía de Jesús*, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero – Sal Terrae – UP Comillas, 2015), 116.

76). «Es distinta la tesitura del alma cuando se está sentado, de rodillas, de pie o supino rostro arriba»<sup>21</sup>.

Desde la unidad del hombre se puede deducir las personas que van de bien en mejor subiendo (Cf. *Ej* 315) se salvará en su todo ser; ocurrirá lo opuesto con las personas que van de pecado mortal en pecado mortal. Para destacar aún la dimensión unitaria del hombre, conviene resalta también aludir a estas palabras que san Ignacio escribió en una de sus correspondencias con san Francisco de Borja: «La mente, seyendo sana en cuerpo sano, todo será más sano y dispuesto para mayor servicio divino»<sup>22</sup>. Para un mayor servicio de Dios, san Ignacio toma en consideración el carácter unitario del hombre.

Aunque san Ignacio no desprecia el cuerpo, tampoco lo pone en el mismo plano que el alma. En la distinción antropológica ignaciana del compuesto humano, sobresale la «orientación global de la subordinación de lo inferior a lo superior, y su lúcida aplicación a la ascesis y a la espiritualidad en general»<sup>23</sup>. Para Ignacio, los sentidos y la sensualidad deben subordinarse a las partes superiores (el alma y sus operaciones específicas); se puede proceder contra la sensualidad por fines superiores: dominarla y hacerla servir al Espíritu (Cf. *Ej* 83-89). El dominio sobre la carne ayude a vivir en el espíritu, en la docilidad al Espíritu de Dios. El hombre es uno en cuerpo y alma, pero el alma debe custodiar el uso ordenado de los sentidos corporales.

### 3.2. Dimensión pneumática del alma

Para san Ignacio, el lugar de encuentro entre Dios y el hombre es el alma. Ignacio no usa las explicaciones *pneuma* o *nous* para designar este lugar de comunión, tampoco lo sitúa, como algunos místicos, en el fondo, centro o la parte superior del alma. «No se duda de que dé el encuentro; en todo caso, lo que la espiritualidad ignaciana pretende es potenciarlo»<sup>24</sup>. Una de las muestras ignacianas de la posibilidad de encuentro del alma con Dios residiría en el empleo del concepto de “consolación sin causa precedente”. Esta consolación revela que en el alma humana es capaz de ponerse en diálogo con Dios y de abrirse a él. Sólo es propio de Dios, dirá san Ignacio, de «entrar, salir, hacer moción [en el alma], trayéndola toda en amor de la su divina

---

<sup>21</sup> B. Bravo, “hacia una antropología ignaciana”, *Manresa* 91 (1952), 216.

<sup>22</sup> *Epp.*, II, 237. Citada por Ruiz Jurado, 117.

<sup>23</sup> Ruiz Jurado, 117.

<sup>24</sup> F. J. Ruiz Pérez, “Alma”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 121.

majestad, [...] sin ningún previo sentimiento o conocimiento de algún objeto por el cual venga la tal consolación mediante sus actos de entendimiento y voluntad.» (*Ej* 330).

A esto conviene añadir esta directriz de Ignacio al que da los Ejercicios a que deje al «mismo Creador y Señor [que] se comunique a su ánima abrazándola en su amor y alabanza y disponiéndola por la vía que mejor podrá servirle adelante» (*Ej* 15). Así, la expectativa de los Ejercicios es, en efecto, que el Criador y Señor se comunique a su ánima devota. Dios abraza al alma; «el alma es capaz de Dios, le es posible como gracia la posibilidad de la comunicación con el Misterio»<sup>25</sup>. En la espiritualidad ignaciana, «lo subjetivo está abocado necesariamente a la experiencia de Dios»<sup>26</sup>. El ser humano alcanza de manera plena su realidad personal dejándose abrazar por Dios. El sujeto ignaciano tiene un fin teocéntrico. Por eso, San Ignacio concede una importancia capital al alma, a «la dimensión espiritual humana»<sup>27</sup>. El alma es sujeto de una experiencia espiritual.

Al entender el alma, como «subjetividad abierta a lo trascendente»<sup>28</sup>, es decir, el lugar de la comunicación inmediata con Dios, no significa que Dios no actúe sobre las otras potencias del alma, de las que hablaremos más adelante. De hecho, las partes superiores que someten a las partes inferiores, se someten a su vez al influjo de la gracia. A continuación, hemos decidido, sin hacer de la antropología ignaciana una antropología tripartita, llamar esta parte del alma donde se da la unión mística, la dimensión pneumática del alma humana. Será la componente del alma según la relación vertical. Esta dimensión revela el primado de la gracia y la orientación del hombre, desde su creación, a su fin sobrenatural. Son los dones interiores o espirituales los que deben dar eficacia a las cualidades naturales. Dicho brevemente esto, interesémonos ahora a las tres potencias del alma y las cualidades o funciones psíquicas referidas a cada una.

### 3.3. Las tres potencias del alma y sus actos respectivos

San Ignacio, asumiendo la tradición patristica, distingue en ella tres otras potencias: memoria, entendimiento y voluntad. Con los nuevos datos de las ciencias humanas, actualizaremos un poco nuestro lenguaje acerca de las potencias del alma.

---

<sup>25</sup> Ruiz Pérez, “Alma”, 121.

<sup>26</sup> Ruiz Pérez, “Alma”, 121.

<sup>27</sup> Ruiz Pérez, “Alma”, 122.

<sup>28</sup> Ruiz Pérez, “Alma”, 122.

### 3.3.1. La memoria

La memoria es «una capacidad de la persona muy presente en los Ejercicios a lo largo de las cuatro semanas»<sup>29</sup>. Esta potencia del alma concede al hombre la capacidad de rememorar y recordar lo vivido, lo experimentado. La psicología pone de manifiesto la importancia, para la persona humana, de conservar y cuidar este depósito personal de las diversas experiencias existenciales. El contenido mnésico hace que cada uno de nosotros se sienta «persona única y diferente, con su historia irrepetible»<sup>30</sup>. La memoria permite mantener conciencia permanente de nuestro yo, de las relaciones y experiencias de las que está hecha nuestra identidad. Para este fin, la memoria supone habilidades a construir y mantener representaciones mentales duraderas, y utilizar esas para evocar las experiencias del pasado, mirar el presente y proyectarse hacia el futuro.

En los Ejercicios san Ignacio alude a esta potencia psíquica trece veces<sup>31</sup>. Esto destaca su importancia en la visión antropológica ignaciana. Durante el proceso de los Ejercicio los ejercitantes están invitado a recorrer a su memoria a fin de «examinar su conciencia» (Ej. 1), recordar la materia o la historia a contemplar o meditar, sus pecados (Ej. 56) y los bienes recibidos de Dios (Ej. 234). De este modo, la memoria confiere al ser humano la capacidad de introspección y de autoconciencia. La persona que sufre una amnesia carecerá de identidad, se desorientará temporal y espacialmente por falta de referencias. La respuesta a pregunta esencial, ¿quién soy yo?, lleva a largo proceso de recuperación de los datos de la memoria.

El sano ejercicio de la memoria «nos permite observarnos como si fuéramos un objeto externo, con objetividad, y caer en la cuenta de quiénes somos con nuestras [propias] posibilidades y limitaciones»<sup>32</sup>. Dicho de otro modo, la función esencial de la memoria está al servicio de la constitución de una imagen madura de sí, «de ir ganando conocimiento de uno mismo, tanto en los aspectos más observables como en los procesos internos: los propios desórdenes, acciones, intenciones, afectos varios»<sup>33</sup>. Al escrutar su mundo interno, al darse cuenta de sus fuerzas y sus debilidades el hombre

---

<sup>29</sup> J. García de Castro Valdés, “¿Qué hacemos cuando hacemos ejercicios? La actividad del ejercitante a través de los verbos”, *Manresa*, vol. 74, (2002), 74.

<sup>30</sup> L. López-Yarto Elizalde, “Memoria e identidad personal”, *Sal Terrae* 1252 (Feb 2020), 141.

<sup>31</sup> Cf. Ignacio Echarte, *Concordancia ignaciana*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 1996), 775.

<sup>32</sup> R. Meana Peón, “Las potencias del alma revistadas: pilares para una antropología ignaciana”, en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, eds. Rufino Meana Peón, José García de Castro Valdés, Francisco Ramírez, Jaime Tatay, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019), 388.

<sup>33</sup> Meana Peón, “Las potencias del alma”, 388-389.

llega a una autoconciencia. Esta capacidad de autoconciencia juega un papel relevante en la mirada que uno tiene sobre sí mismo y los demás.

### 3.3.2. El entendimiento

El entendimiento, la segunda potencia del alma, dota al hombre de la capacidad de buscar y hallar el sentido de su existencia; refiere a la posibilidad de conocerse y de comprenderse a sí mismo. Se implica en la elaboración de la respuesta a la cuestión del para qué existimos. El entendimiento es «la potencia del alma, en virtud de la cual concibe las cosas, las compara, las juzga, e induce y deduce otras de las ya conoce»<sup>34</sup>. En el texto de los Ejercicios el término aparece diecinueve veces<sup>35</sup>. A esta capacidad del psiquismo humano Ignacio atribuye varias operaciones: elucidar (*Ej 2*), discurrir (*Ej 3*, 50, 51, 52, 180), comparar (*Ej 50*, 224, 252), examinar (*Ej. 1*, 24), ponderar (*Ej 57*), considerar (*Ej 38*, 39, 47, 75), razonar (*Ej 61*, 199), etc.<sup>36</sup> En el proceso de los Ejercicios, después de considerar los misterios de la historia de la salvación, el ejercitante los proyecta sobre el mundo de hoy, para sacar consecuencias para su propia vida<sup>37</sup>. Así, el entendimiento permite al hombre considerar con hondura la realidad, o sea, «mirar más allá del puro presente y, consecuentemente, organizar su existencia con la vista puesta en horizontes a corto o largo plazo»<sup>38</sup>. El hombre precavido, que tiene una mirada afinada, presta poca atención a la invitación contemporánea a «vivir el aquí y ahora como si el pasado se pudiera reformular al servicio de lo que hoy conviene y no hubiera un mañana». No arriesga su presente por un porvenir bastante incierto.

El hombre cuyo juicio es sano es capaz de situar su existencia en un horizonte de sentido, de apropiarse su propia existencia. En relación con la capacidad de volverse sobre sí (autoconciencia) la búsqueda del sentido permite descubrir el para qué de lo vivido y experimentado. En la vida tener y perseguir un objetivo fascinante y discernido ayuda a organizar prioridades, y a «movilizarla toda ella relativizando todo aquello que no apunte hacia la aprehensión de ese objetivo»<sup>39</sup>. Sin esta facultad psíquica el hombre anda desubicado y su existencia corre el peligro de desintegrarse. Para eludir la desintegración «el reto de todo sujeto que aspire a la [genuina] felicidad está en buscar y

---

<sup>34</sup> J. E. González Magaña, “Entendimiento”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 765.

<sup>35</sup> Cf. Echarte, 455.

<sup>36</sup> Cf. García de Castro Valdés, “Qué hacemos”, 19-34.

<sup>37</sup> Ruiz Jurado, 122.

<sup>38</sup> Meana Peón, “Las potencias del alma”, 403.

<sup>39</sup> Meana Peón, “Las potencias del alma”, 405.

hallar el adónde que nos otorgue la paz existencial que da el vivir la vida con sentido, focalizados, descentrados, apasionados, generativos»<sup>40</sup>.

### 3.3.3. La voluntad

En cuanto a la tercera potencia del alma, la voluntad es otra función psíquica que otorga al hombre la capacidad de determinarse, querer y tomar decisiones. Como fuente de deliberación la voluntad tiene un aspecto activo. La autonomía del sujeto hunde sus raíces en esta dimensión antropológica. En los Ejercicios el término aparece veintiuna veces<sup>41</sup>. La capacidad volitiva «incluye a otras difícilmente separables de ella como perseverancia, coraje y capacidad de sentido»<sup>42</sup>. En la jerga ignaciana, la perseverancia se entiende en términos de firmeza y constancia. En tiempo de desolación, san Ignacio exhortaba «nunca hacer mudanza, más estar firme y constante en los propósitos y determinación» (*Ej* 318) en que uno estaba viviendo. El coraje es el motor de quien desea llegar a ser aquello que está llamado a ser. Una persona con una sana y fuerte determinación buscará alcanzar su objetivo a pesar de las dificultades que hallará en el camino. La capacidad de ejercer la voluntad lleva al sujeto a comprometerse, a buscar todo lo que (relaciones interpersonales, actividades, etc.) contribuya a su desarrollo y a la plena realización de sus potencialidades. Mediante las sanas elecciones hechas y puestas en práctica el ser humano va creando y dando sentido a su vida. Existe en la antropología ignaciana un dinamismo que estimula a la acción. La dimensión operativa se ancla en su voluntad<sup>43</sup>.

Por otra parte, como remedio a una vida desencarnada y sin anclaje la potencia de la voluntad está también vinculada con las capacidades de relacionalidad y afectividad. En efecto, existe, por un lado, una interacción entre las capacidades de relacionarse y decidirse. Estas dos capacidades se condicionan mutuamente: las relaciones llevan a ciertos compromisos, y los compromisos llevan a generar una red de relaciones, o sea un sistema de apoyo que dé mayores posibilidades que las que posee un individuo aislado. En este sentido los vínculos interpersonales parecen necesarios para el buen desarrollo del psiquismo que está constituido relacionalmente<sup>44</sup>. Por otro lado, el sujeto ignaciano no decide desde sus propios criterios, sino a base del amor divino que le afecta y le mueve la voluntad, y la «experiencia de consolaciones y

---

<sup>40</sup> Meana Peón, “Las potencias del alma”, 405.

<sup>41</sup> Cf. Echarte, 1347-1348.

<sup>42</sup> Meana Peón, “Las potencias del alma”, 396.

<sup>43</sup> Cf. Ruiz Jurado, 127-129.

<sup>44</sup> Cf. Meana Peón, “Las potencias del alma”, 391.

desolaciones» (*Ej 176*) vivida en cuando la contemplación de los misterios de la vida de Jesús. Para tomar una buena decisión la voluntad es atraída y movida por el amor de Dios. El color afectivo de la relación a Dios es subrayado por san Ignacio cuando invita al que recibe los Ejercicios a hablar, en el coloquio, al Señor «como un amigo habla con su amigo».

En su aspecto pasivo, la voluntad tiene la capacidad de dejarse afectar y de sentir mociones. La voluntad es el asiento de los afectos (*Cf. Ej 3*). Más la dimensión afectiva de la potencia de la voluntad se manifiesta también en las relaciones humanas. En ellas el ser humano prueba una gama variada de emociones a la que intenta responder. Conforme a su dimensión afectiva, se podría aludir a la metáfora del corazón para hablar de la voluntad. En consecuencia, la voluntad es una capacidad afectiva que permite determinarse, relacionarse, vivir la vida con constancia y valentía.

### 3.4. Balance final

De lo dicho hasta aquí, se sigue que la visión del ser humano es multidimensional<sup>45</sup> y unitaria. : hay a la vez unidad y diversidad de las componentes del hombre. En el alma distinguimos una parte pneumática y tres potencias psíquicas (entendimiento, memoria y voluntad). Las cuales potencias confieren al hombre las capacidades de sentido, decisión, autoconciencia, afectividad, determinación y relacionalidad. Las actividades realizadas por las potencias repercuten en el uso de la libertad. Con las potencias iluminadas por la actuación del Espíritu en su dimensión espiritual el ser humano crece en libertad y es capaz de hacer una buena elección. El alma está marcada por la necesidad de responder, de elegir. En la descripción ignaciana de la subjetividad se erige, entonces, la libertad como la máxima manifestación interior del hombre.

El quehacer de la libertad revela la buena coordinación existente entre las facultades del alma. La libertad autoconsciente, reflexionada y orada es la que posibilita una sana respuesta a la voluntad de Dios<sup>46</sup>. Es «solamente deseando y eligiendo lo que

---

<sup>45</sup> Según la antropología de Egipto antiguo, el ser humano se consta de nuevos elementos: el Djed, cuerpo físico y ocho componentes inmateriales: Ba, Ka, Shout, Ren, Akh, Ib, Sahu, Shekem. (*Cf. T. Obenga, « Anthropologie pharaonique textes à l'appui », Ankh n° 6/7 1997-1998*).

Para Hegba, el jesuita del Camerún, la persona es un conjunto de tres elementos: Cuerpo, aliento, sombra. (*Cf. Meinrad Hebga, La Rationalité d'un discours africain sur les phénomènes paranormaux, L'Harmattan: Paris, 1998.*)

Se encuentra otros modelos de antropología pluralista en las tradiciones africanas o en las de otras partes del mundo.

<sup>46</sup> *Cf. Ruiz Pérez, "Alma", 122.*

más nos conduce para el fin que somos criados» (*Ej 23*) que la libertad se acrecienta y que las facultades del alma reciben máxima lucidez. De hecho, los Ejercicios pretenden potenciar la libertad del ejercitante, reorientarla, a fin de que no acabe en alienación. Y así lo formula su título: «Ejercicios espirituales para vencerse a sí mismo y ordenar su vida, sin determinarse por afección alguna que desordenada que sea» (*Ej 21*). En suma, la antropología que manejamos toma en serio la complejidad multifacética del hombre y hace de su referencia trascendente un elemento constitutivo de su ser.

Ahora bien, dado que el ser humano tiene varias entidades interiores, ¿a cuál de estas se referiría el predicado interior cuando se habla de heridas interiores? ¿En qué consistirían las heridas interiores? ¿Cuáles serían sus causas y sus consecuencias?

## II. Las heridas interiores: sentido y categorías

En preludio a una presentación sistemática de la realidad de las heridas interiores, escrutaremos brevemente el uso de la noción en la espiritualidad ignaciana.

### 1. El termino de herida en la espiritualidad ignaciana

La noción de herida es casi ausente en los escritos de san Ignacio. Sin embargo, el verbo herir está presente. Según la *Concordancia ignaciana* san Ignacio lo emplea seis veces en los Ejercicios, una vez en las Constituciones y tres veces en la Autobiografía<sup>47</sup>. El verbo llagar, semejante a herir, aparece una sola vez en los Ejercicios (*Ej 85*). Los sustantivos llaga y postema, sinónimos de heridas, aparecen respectivamente una vez en los Ejercicios (*Ej 58*). En este último número, san Ignacio, para hacer ver al ejercitante el estado interior en el que lo arroja el pecado, lo invita a mirarse «como una llaga y postema, de donde han salido tantos pecados, y tantas maldades y ponzoña tan turpísima». La situación del hombre pecador se asemeja a una herida maloliente.

Pese a esta metáfora, es cierto que bajo los puños de san Ignacio el término remite esencialmente a un daño, dolor, de tipo físico; a una lesión producida en el cuerpo. En este sentido, se puede asemejar el término de herida al de enfermedad que san Ignacio emplea a menudo. Del mismo modo, la respuesta más conocida respecto a

---

<sup>47</sup> Cf. Echarte, 621-622.

la herida en la vida del santo remite a la herida en la ciudadela de Pamplona. La mayoría de los estudiosos de la vida de san Ignacio narran este episodio de la herida que sufrió en mayo del año 1521 defendiendo la ciudadela de Pamplona.

No obstante, a pesar de la escasez del término en el vocabulario ignaciano y de la repetitiva referencia a la lesión de Pamplona, el jesuita Federico Elorriaga, rastreando a través de la Autobiografía y otros testimonios históricos, piensa que «podríamos hablar de “Las heridas de San Ignacio”»<sup>48</sup>. Así, en la vida de san Ignacio, las heridas no son solamente las del cuerpo, sino que existe otras situaciones de quebranto que permiten hablar de herida en un sentido figurado. Aunque la metáfora de herida sería ausente en Ignacio, la realidad a la cual refiere estaría presente en su existencia. El santo en su peregrinación terrestre debió de sufrir unas heridas externas y otras internas. En efecto, Elorriaga, desde un acercamiento novador a la vida del santo, presenta a Ignacio como un hombre herido, es decir, una persona que ha sufrido heridas. En un uso metafórico, Elorriaga enumera once heridas<sup>49</sup>. Ignacio «fue herido en su afectividad, en sus deseos, en sus proyectos, en sus sueños. Fue herido en la realidad de la vida, en la existencia concreta»<sup>50</sup>. A lo largo de su vida, Ignacio conoció distintos momentos de tormento psicológico; iría, enraizado en el amor de Dios, afrontándose a unas frustraciones.

## 2. Las heridas interiores de naturaleza espiritual

Como dicho más arriba, la herida implica daño, dolor, sufrimiento y ruptura con el estado anterior a su llegada. Rompe la unidad y la continuidad. De manera analógica la idea de sufrimiento puede ser aplicada a las otras realidades del compuesto humano. En este sentido las heridas de corte espiritual son lo que causa daño en el alma, afectan la componente espiritual del hombre.

### 2.1. Las heridas ligadas al pecado

En un sentido espiritual, se llama herida interior «las secuelas nefastas del pecado original o el que resulta de los pecados cometidos»<sup>51</sup>. Según Orígenes, el alma es herida cada vez que peca<sup>52</sup>. El concepto de pecado aparece 94 veces en los Ejercicios.

---

<sup>48</sup> Federico Elorriaga, *Las heridas de san Ignacio*, (Bilbao: Mensajero, 2010), 16.

<sup>49</sup> Cf. Elorriaga, 31-277.

<sup>50</sup> Elorriaga, 27.

<sup>51</sup> Ancilla, 13.

<sup>52</sup> Cf. De Andía, 278.

Ignacio, de acuerdo con la teología de su tiempo, habla de pecados mortal, venial, capital, etc. El pecado considerado como contrario del bien, falta contra la razón, la verdad, la conciencia, el amor verdadero para con Dios y para con el prójimo, a causa de un apego perverso a ciertos bienes aparentes, hiere la naturaleza del hombre y atenta contra la solidaridad humana<sup>53</sup>. El pecado hiere al hombre en su dimensión espiritual, pues bloquea la relación con Dios. El orgullo y la autoexaltación de los hombres, es decir el «amor de sí hasta el desprecio de Dios»<sup>54</sup>, apartan su corazón de Dios. El uso desviado, antinatural e ilógico de sus pasiones, de sus facultades naturales aleja al ser humano de Dios en quién su alma reposa en paz. El hombre que «no percibe, siente, piensa y decide según Dios, sino según su propia concupiscencia caída, según su "propio amor, querer e interés" (Ej 189)»<sup>55</sup> se arroja en el valle de las tinieblas. El pecado hace perder al alma su ordenación natural al bien y a la verdad.

«Al caer en la tentación de autodeificarse, la persona humana se aleja de Dios, viéndose privada de su Amor, que constituía el verdadero alimento de su naturaleza, y se separe de la Fuente de vida, cayendo en la muerte»<sup>56</sup>. El hombre así herido empieza a padecer por no vivir conforme a su naturaleza de ser creado y limitado. Al romper la relación con Dios, el pecado hiere al alma. La falta de Amor de Dios es fuente de heridas, porque genera en el alma angustias, tristezas, sufrimientos, miedos, penas, perdición, etc. «El pecado sitúa al hombre en un estado de tinieblas, [...] de dureza de corazón, de esclavitud a la concupiscencia»<sup>57</sup>. Ante Dios los pecados convierten al hombre en un ser infecto y corrupto. El pecado le lesiona internamente, desnaturaliza, degrada incluso deshumaniza. Una muestra de esta deshumanización es el hijo pródigo quien, lejos de la casa familiar, «deseaba llenar su vientre con las algarrobas que comían los puercos»<sup>58</sup>. En la situación del pecado, la persona humana se ve reducida a un estado infra-humano. La herida del pecado tiene consecuencias devastadoras en la existencia del hombre; impide al alma de reflejar a Dios.

---

<sup>53</sup> Cf. CIC, n°1849.

<sup>54</sup> CIC, n°1849.

<sup>55</sup> L. M. García Domínguez, "Los bloqueos del sujeto según san Ignacio de Loyola", en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, eds. Rufino Meana Peón, José García de Castro Valdés, Francisco Ramirez, Jaime Tatay, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae - UPComillas, 2019), 470-471.

<sup>56</sup> Rivas Rebaque, 40.

<sup>57</sup> U. Occhialini, "Pecado", en *Diccionario de mística*, (dir.) Boriello E., Del Genio M. R. y Suffi N., (Madrid: San Pablo, 2002), 1429.

<sup>58</sup> Lc 15, 16.

Desde de esta comprensión de herida interior, podríamos decir, en un lenguaje simbólico que el golpe que engendra en el alma dolores es el alejamiento de Dios y el rechazo de su Amor. Dicho de otro modo, la causa de la herida es el pecado personal<sup>59</sup>. Puesto que los pecados son actos de libertad personal, las heridas del pecado no pueden ser atribuidas a otras personas. Es decir, si una persona que no pecara no sufriría tales heridas. Al pecar, la persona se hiere en primer lugar a sí misma, pues se priva del bien genuino que le brinda la mayor felicidad. Eso no significa que nuestros pecados no impacten a los demás.

La intensidad y la gravedad de estas heridas podrían ser proporcionales a las del pecado. Por lo tanto, la esclavitud al pecado empeoraría y hondaría la herida. La mayor consecuencia de las penas y aflicciones del alma es la muerte. Al igual que la severidad de una herida física puede conducir a la muerte, existe el mismo riesgo de aniquilación con la herida del pecado. Para advertir al hombre del peligro y despertar su conciencia san Pablo decía que «el salario del pecado es la muerte» (Rm 7, 23).

Además de la herida del pecado, se encuentra en la literatura espiritual y mística una otra herida relativa al alma: la herida de amor.

## 2.2. La herida de amor: del lenguaje mítico al lenguaje místico

La herida de amor es uno de los temas predilectos de la literatura profana. «Desde el siglo VI antes J-C, los líricos griegos describían las alegrías y los dolores del amor como la obra de un joven dios, Eros, que traspasaba a los corazones de sus flechas inevitables»<sup>60</sup>. Los sentimientos de bienestar o de malestar que pueda experimentar una persona enamorada provienen de la herida del dios, Eros en su corazón. Se encuentran también la misma expresión en la literatura espiritual y mística.

«La metáfora de la herida es recurrente en nuestros místicos. Se refieren con ella a la visita que Dios hace al hombre traspasándolo de infinito, haciéndolo salir de su egoísmo en un encuentro transformante y renovador que permite transitar a una nueva manera de ser. Semejante drama es una cuestión de amor, pues sólo el amor de Dios

---

<sup>59</sup>Aquí se podría evocar también como objeto de las heridas lo que los padres de la Iglesia llamaban enfermedades espirituales que son el uso desviado, antinatural de las pasiones puestas por Dios en el ser humano para orientarlo hacia él. Cf. Rivas Rebaque, 75-81; Larchet, *Terapéutica de las enfermedades espirituales*, Trad. Mercedes Huarte Luxán, (Salamanca: Sígueme, 2014).

<sup>60</sup>A. Cabassut, “Blessure d’amour”, en *Dictionnaire de spiritualité ascétique et mystique. Doctrine et histoire. Tome I*, M. Viller (dir.), (Paris : Gabriel Beauchesne et ses Fils, 1937), 1727-1728.

puede a la vez herir de amor (ágape) el alma humana y cauterizarla con su fuego.»<sup>61</sup> Como es de notarse la metáfora de la herida de amor empleada por los grandes místicos (los santos Bernardo, Francisco de Sales, Juan de la Cruz y santa Teresa de Jesús) no se inspira en la literatura profana griega. Su lenguaje tiene una raíz espiritual y bíblica. Los místicos fundamentan su metáfora en un extracto del libro del Cantar de los Cantares: «reponedme con tortas de pasas, dadme vigor con manzanas, que estoy enferma de amor»<sup>62</sup>.

Para los místicos, la herida de amor puede consistir en gracias diversas. Es una manera con que Dios despierta al alma en amor. En un sentido más amplio, la herida de amor designa gracias variadas (ordinarias o eminentes) que llevan todas, un sufrimiento. Eso va desde la gracia de contrición por los pecados pasados hasta los grandes favores de purificación pasiva del alma. De ahí, tantas las buenas y santas almas como las malas y pecadoras almas pueden ser heridas por el amor de Dios.

En un sentido más estricto, la herida de amor es una gracia peculiar con características y efectos propios, y solo es reservada a las almas que han llegado a la unión transformante<sup>63</sup>. Las heridas de amor son «un toque inflamado y ardiente de amor por la cual Dios eleva súbitamente al alma a la posesión afectiva de él mismo, y luego se retire enseguida»<sup>64</sup>. Dios toca al alma devota, le hace sentir su presencia sin dejarla bastante tiempo para aprovechar de esta cercanía. El alma devota experimenta, en un intervalo de tiempo, una alta e intensa presencia afectiva de Dios. Es en la misma línea de presencia afectiva que san Juan de la Cruz define las heridas de amor como «encendidos toques de amor, que a manera de saeta de fuego hieren y traspasan el alma y la dejan toda cauterizada con fuego de amor»<sup>65</sup>. El objeto de la herida es el amor de Dios. Con toques tiernos y delicados, Dios hiere al alma devota y la deja abrasada de amor. A cada toque, la herida de amor se va engrandeciendo y ahondando. En efecto, al tocar cada vez al alma, Dios hiere «sobre lo llagado, hasta tanto que la llaga sea tan grande que toda el alma venga a resolverse en llaga de amor»<sup>66</sup>.

Al igual que toda herida, la herida de amor comporta también un sufrimiento, el cual proviene del hecho que la persona no posee más que temporalmente el objeto de su

---

<sup>61</sup> Pedro Rodríguez Panizo, *La herida esencial. Consideraciones de Teología fundamental para una mistagogía*, (Madrid: UPComillas-San Pablo, 2013), 11.

<sup>62</sup> Ct 2, 5.

<sup>63</sup> Cf. Cabassut, “Blessure”, 1724.

<sup>64</sup> Cabassut, “Blessure”, 1725.

<sup>65</sup> Juan de la Cruz, *Cantico espiritual*, Canc. 1, 17.

<sup>66</sup> Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, Canc. 2, 7.

amor. El alma devota se ve privar del objeto de su deseo. Para san Juan de la Cruz, «el alma siente pena porque ve que se va llegando cerca de gustar aquel bien y no se le dan»<sup>67</sup>. La retirada de Dios, después de su suave toque que llena al alma de gran alegría, genera penas y dolencias. Dado que la gran felicidad, el inmenso bienestar gustado, el deseo del objeto de la herida va creciendo. Lo que hace que el dolor de su ausencia crezca: «cuanto más el alma conoce a Dios, tanto más le crece el apetito y pena por verle»<sup>68</sup>. Este estado interior de tensión hacia el objeto de la herida acaba causando aflicciones, dolencia de amor. Para los místicos, el sentimiento de ausencia de Dios desgarrar al alma a la manera de una flecha que se arrebata de una herida<sup>69</sup>. El herido vive penado. La espera del próximo toque de Dios es dolorosa y angustiosa. El alma, no pudiendo auto-satisfacer su hambre y apetito del amor de Dios, tiene que esperar. Solo Dios es soberano del momento del toque de suma noticia de su Divinidad.

A través de las heridas, Dios prepara y hace desear al alma bienaventurada la felicidad que resulta de su unión con Él. Por ellas, el alma está inflamada de amor por Dios que la transforma en amor. El único bien que le importa es la presencia de Dios. Por eso, san Juan de la Cruz decía: «no hay cosa que pueda curar su dolencia sino la presencia y visita de su Amado»<sup>70</sup>. El alma desconfía de cualesquier otros remedios y considera las demás cosas como efímeras. Por tanto, el alma devota, herida por el amor de Dios, vive un despego radical y no tiene miedos de sufrir por Dios. El alma herida está capacitada para vivir las virtudes heroicas. Del mismo modo, las heridas de amor hacen salir al alma de sí misma y entrar en Dios<sup>71</sup>. El alma herida está llamada a salir para ir a buscar el Amado. Así, el alma inflamada, en la que los apetitos de desear, amar y alabar a Dios están levantados, tiene perdido el gusto a todas las demás cosas.

### 2.3. Criterios de reconocimiento de la herida de amor

De la descripción hecha por los grandes místicos, sobre todo santa Teresa de Jesús y san Juan de la Cruz, retenemos tres rasgos de la herida de amor:

#### 2.3.1. La brusquedad

Nada anuncia la herida de amor. El alma no necesita ninguna preparación previa. No hay un requisito inmediato a cumplir para recibir la herida de amor que procede de

---

<sup>67</sup> Juan de la Cruz, *Cantico espiritual*, Canc. 12, 9.

<sup>68</sup> Juan de la Cruz, *Cantico espiritual*, Canc. 6, 2.

<sup>69</sup> Cf. Cabassut, “Blessure”, 1726.

<sup>70</sup> Juan de la Cruz, *Cantico espiritual*, Canc. 6, 2.

<sup>71</sup> Cf. Juan de la Cruz, *Cantico espiritual*, Canc. 1, 19.

un toque tierno de Dios. Las heridas de amor son subidamente regaladas al alma<sup>72</sup>, pues son puro regalo. El alma devota es incapaz de predecir o prever el momento donde Dios vendrá a hierla. A la hora de tocar amorosamente al alma, Dios se comporta como un ladrón, es decir no previene de su llegada. Santa Teresa de Jesús expresa el carácter repentino de la herida de amor de la manera siguiente: «estando la misma persona descuidada y sin tener la memoria en Dios, Su Majestad la despierta, a manera de una cometa que pasa de presto, o un trueno, aunque no se oye ruido, más entiende muy bien el alma que fue llamada de Dios, y tan entendido, que algunas veces [...] la hace estremecer y aun quejar, sin ser cosa que le duele»<sup>73</sup>.

Las heridas proceden del amor gratuito de Dios, y «el alma no es libre de buscarlas, rechazarlas o determinar su duración»<sup>74</sup>. Dios toca al alma cómo y cuando él quiere<sup>75</sup>. El negocio del alma es solo de recibir de Dios estos toques de suma noticia de su amor. En la experiencia espiritual, el alma devota recibe diversas heridas de amor que pueden ser de intensidad diferente<sup>76</sup>, pero todas acaecen de manera súbita y brusca.

### 2.3.2. La ambivalencia emocional

La herida de amor genera a la vez en el alma alegría y dolor. Es al mismo tiempo una prueba y una felicidad. Los oxímorones “pena *sabrosa*”, “*dolor sabroso*”<sup>77</sup> recogen muy bien el carácter de las heridas de amor que estamos presentando. Describiendo esta paradoja de pena y gloria, santa Teresa de Jesús escribió: «Era tan grande el dolor, que me hacía dar aquellos quejidos, y tan excesiva la suavidad que me pone este grandísimo dolor, que no hay desear que se quite, ni se contenta el alma con menos que Dios»<sup>78</sup>. Dicho de otro modo, durante el toque divino «parece al alma como si una saeta la metiesen por el corazón, u ella misma. Ansi causa un dolor grande que hace quejar, y tan sabroso, que nunca querría le faltase»<sup>79</sup>. Después de la acción divina, el alma «siente

---

<sup>72</sup> Cf. Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, Canc. 2, 8.

<sup>73</sup> Santa Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 6, 2, & 1.

<sup>74</sup> S. Giungato, Herida de amor», en *Diccionario de mística*, (dir.) Boriello E., Del Genio M. R. y Suffi N. (Madrid: San Pablo, 2002), 826.

<sup>75</sup> Cf. Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, Canc. 2, 2.

<sup>76</sup> Cf. San Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, Canc. 2.2. (a cada herida Dios abrasa al alma, pero a una más, y a otra menos) y Cf. Santa Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 6, 2, & 4.

<sup>77</sup> Cf. Santa Teresa de Jesús, *Vida*, 29, 11 y Santa Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 6, 2, & 4.

<sup>78</sup> Santa Teresa de Jesús, *Vida*, 29, 13.

<sup>79</sup> Santa Teresa de Jesús, *Cuenta de conciencia*, 54, 14.

ser herida sabrosísimamente [...], [aquella herida] es harta pena, aunque sabrosa y dulce»<sup>80</sup>.

De las precedentes líneas, es claro que a la diferencia de las otras heridas que solo engendren sufrimientos y quejas, las heridas de amor dan también gozo. En efecto, el contacto de Dios con el alma genera dolor, porque a la hora del toque divino, el alma se siente como traspasada por una flecha de fuego. Paradójicamente, de este dolor emergen la alegría y la felicidad, porque en él el alma reconoce que ha sido visitada por Dios que ha derramado en su centro su amor. Más allá de su dimensión dolorosa, el gozo y la mansedumbre que traen hace que las heridas sean deseables.

### 2.3.3. Dios como único origen

Solo Dios es el dueño de la herida de amor, porque es el único capaz de producir en el alma tales heridas. Por lo tanto, la herida de amor es divina. La persona que la recibe no tiene que temer el engaño del demonio o la ilusión de su propia imaginación. Ante esta operación de amor, toda ilusión es imposible según los grandes místicos.

En primer lugar, las heridas de amor no son el fruto de la imaginación humana. Es incapaz de producir algo parecido. De hecho, la santa de Ávila, aunque experimentó varias veces las heridas de amor no pudo reproducírselas por su propia imaginación. A este efecto, escribió: «después me deshaga para tornarlo a representar, no puedo, aunque lo he probado»<sup>81</sup>. La imaginación no es capaz de generar las heridas de amor, ni de reproducirlas. En segundo lugar, las heridas de amor nunca provendrán del demonio pues, «juntar pena, y tanta, con quietud y gusto del alma, no es de su facultad; que todos sus poderes están por las adefueras, y sus penas, cuando él las da, no son [...] jamás sabrosas ni con paz, sino inquietas y con guerra»<sup>82</sup>. También, san Juan de la Cruz sostiene la naturaleza divina de las heridas de amor. Para él, el demonio no puede llegar a la sustancia del alma donde acaece la herida<sup>83</sup>. Solo Dios obra en el más profundo centro del alma, el espíritu. En consecuencia, la herida es «toque sólo de la Divinidad en el alma sin forma ni figura alguna intelectual ni imaginaria»<sup>84</sup>.

---

<sup>80</sup> Santa Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 6, 2, & 1.

<sup>81</sup> Santa Teresa de Jesús, *Cuentas de conciencia*, 54, 18.

<sup>82</sup> San Teresa de Jesús, *Moradas del castillo interior*, 6, 2, & 6.

<sup>83</sup> Cf. San Juan de la Cruz, *Llama viva de amor*, Canc. 1. 9.

<sup>84</sup> San Juan de la Cruz, *Llama viva de amor*, Canc. 2. 8.

En definitiva, la herida de amor, aunque sea una herida, es sanadora y deseable porque genera y mantiene una gran sed de Dios. Ayuda a las almas devotas a fijar su mirada sobre Dios, el fin último de su vida, y a cambiar su modo de vivir.

### 3. Las heridas psicológicas

Aquí se tratará, en primer lugar, de elucidar la naturaleza de las heridas que dañan al psiquismo en su desarrollo, en segundo lugar, de poner de manifiesto sus probables causas, por último, de presentar las consecuencias del desajuste psicológico.

#### 3.1. Naturaleza de las heridas psicológicas

Las heridas psicológicas son del orden de aflicción moral, de malestar interior, de atormenta anímica y de sufrimiento afectivo generado por la privación de un bien. En otras palabras, estas heridas son «a la vez un sufrimiento y una privación, pero son primeramente privación, es decir, falta y ausencia»<sup>85</sup>. A partir de los elementos de privación y sufrimiento, la herida se define como una impresión dolorosa producida por un grave acontecimiento, la pérdida o el temor de perder algo<sup>86</sup>.

Las heridas psicológicas se refieren a una situación existencial que el hombre no fue capaz de interpretar adecuadamente y de integrar sanamente en su proceso de desarrollo psíquico. Desde este punto de vista, no son todas las situaciones difíciles y conflictivas que nos dejan marcas dolorosas en nuestra memoria. Pues, las que hemos superado dignamente nos ayudan a crecer y madurar. Entonces, la herida psicológica designa «un trastorno [una fijación] en el desarrollo armonioso del equilibrio psíquico»<sup>87</sup>. Mejor dicho, es la consecuencia de una experiencia vivida en la no aceptación. Ella es fuente de dolores, por ser lugar de vulnerabilidades y debilidades.

Cada hombre es marcado por una o varias heridas de este género, que puedan paralizar la existencia, bien si siendo sin gravedad en ellas mismas. En la biografía de san Ignacio de Loyola, una de las heridas que resaltan los estudiosos de su figura es la de la carencia materna. Una ausencia que tuvo una «particular repercusión tanto en su vida afectiva general, como en su experiencia religiosa en particular»<sup>88</sup>, y estaría en el

---

<sup>85</sup> Pascal Ide, *Connaître ses blessures*, (Paris : Editions Emmanuel, 2013), 40.

<sup>86</sup> Cf. Elorriaga, 25.

<sup>87</sup> Marie Ancilla, *Foi y guérison. Repères et critères chrétiens*, (Marseille : La Thune, 2008), 15.

<sup>88</sup> C. Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola: el primer ejercitante. Rasgos antropológicos y psicológicos de su personalidad”, en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, eds.

trasfondo de algunas de sus experiencias místicas. En la vida espiritual la herida frena la eclosión de los frutos que el Señor espera de nosotros. En este sentido para mejorar la relación con Dios los sufrimientos procedentes de hechos mal integrados, han de ser releídos y mirados con lucidez.

La raíz de las heridas psicológicas se situaría en la naturaleza de animal social del hombre. En efecto, para alcanzar la madurez el hombre está llamado a recorrer un largo camino de crecimiento y tejer una red de relaciones sociales. «Para crecer en su propia identidad, un niño necesita un amor real, caluroso, tierno, misericordioso, pero también bien situado, a una distancia justa, que reconozca al otro por lo que puede ser». Una relación sana debe ser no fusional, es decir, ha de respetar la alteridad. En el transcurso del desarrollo el hombre «se tendrá que ir enfrentando a una serie de separaciones (del seno materno, de su pecho, del apego fusional primitivo...) y se tendrá que ir asumiendo una serie de realidades nuevas, que efectivamente, nos haga, "animales de realidades"»<sup>89</sup>. En este recorrido por los caminos de la vida, el equilibrio psíquico es siempre buscado, constantemente reconstituido por la integración de nuevos elementos cada vez más complejos.

Sin embargo, no todo ocurre bien, pues hay unos contenidos que afectan, a las estructuras psicológicas de modo muy decisivo, las afectan tanto para lo mejor como para lo peor. Desgraciadamente, un gesto mal situado, acontecimiento doloroso o una palabra dicha demasiado temprano que superan la capacidad de comprensión y de integración de la persona creciente, paralizan el ascenso del hombre hacia el uso pleno y lúcido de su voluntad, inteligencia, memoria y afectividad. En la misma línea, «un exceso de amor mal situado puede ser tan destructor como la falta de amor o su pérdida»<sup>90</sup>. Las heridas emanan de «todos los desórdenes de lo que consideramos amor, que tendrán una influencia considerable en la manera en que estamos estructurados, en cómo vivimos la relación con nosotros mismos, con Dios y con el otro»<sup>91</sup>.

---

Rufino Meana Peón, José García de Castro Valdés, Francisco Ramirez, Jaime Tatay, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero - Sal Terrae - UPComillas, 2019), 154.

<sup>89</sup> Carlos Domínguez Morano, *Psicodinámica de los ejercicios ignacianos*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2011)24.

<sup>90</sup> Simone Pacot, *Evangelizar lo profundo del corazón. Aceptar los límites y curar las heridas*, (Madrid: Narcea, S. A., 2018), 63.

<sup>91</sup> Pacot, 63

### 3.2. Las causas de las heridas psicológicas

No hay una causa única en el origen de nuestras heridas psicológicas, pues son conflictos internos que a cada uno le ha ido dejando la vida. Por esto, estas heridas no incluyen los factores constitucionales, sino los ambientales. Al revés de las heridas del pecado, nadie es responsable de sus heridas psicológicas. Las heridas nos provienen del círculo familiar, luego de las relaciones interpersonales que uno va construyendo. Las heridas más antiguas se remontan a menudo a la niñez. En efecto, para el logro de una suficiente integración personal, «el cuidado y el amor parental constituye un factor imprescindible. Sin él, el ser humano no puede sobrevivir, ni psíquica ni, como tantos estudios revelan, físicamente siquiera»<sup>92</sup>.

Para realizarse normalmente «toda persona humana necesita [...] afección, cuidados, libertad, escucha, respecto benevolencia»<sup>93</sup>. Las personas que no han conocido ese amor benévolo de sus padres se sienten heridas, creen que no merecen ser amados. También el amor excesivo y sobreprotector de los padres puede ser perturbador por un futuro desarrollo armonioso. Al igual que todo bien, la falta o el exceso del amor puede ser dañoso, puede herir las estructuras psicológicas. Los niños que han carecido de amor se considerarán rechazados y abandonados. En cambio, los sobreprotegidos se creerán el centro de todo, correrán «el riesgo o bien de entrar en la omnipotencia y tener la ilusión de que el mundo siempre se plegará a sus deseos, o bien de experimentar una desilusión difícil de vivir»<sup>94</sup>.

A la causa de la falta de amor que aliena las capacidades psicológicas y con ellas la libertad humana, se añaden las causas de las relaciones fusionales, situaciones de dominación autoritaria, confusiones en las funciones familiares, traición, rechazo, abandono, humillación e injusticia<sup>95</sup>. Las relaciones fusionales serían hirientes, porque no toman en cuenta la alteridad, no respetan la identidad específica del otro y no sitúan a cada uno en su lugar. De este modo, frustran el deseo de la libertad que es fuerte en cada uno. La persona que ha vivido durante un tiempo largo en relaciones fusionales, o sea con una figura parental o con otras personas, no conseguirá hacer libremente sus propias elecciones, ser ella misma y seguir su propio camino de vida. Una tal persona

---

<sup>92</sup> Domínguez Morano, 22.

<sup>93</sup> Édouard Gueydan, *La guérison intérieure. Le chemin du pardon*, (Namur: Fidélité, 2014), 13.

<sup>94</sup> Pacot, 74.

<sup>95</sup> Cf. Simone Pacot, *Evangelizar lo profundo del corazón. Aceptar los límites y curar las heridas*, (Madrid: Narcea, S. A., 2017); Lise Bourbeau, *Las cinco heridas que impiden ser uno mismo*, (Tenerife: ObStare, 2014).

«pierde sus propias referencias, asfixia sus deseos más profundos impidiéndoles emerger, para integrar los de otro»<sup>96</sup>. Una fuerte identificación de este género que aniquila el yo personal podría generar conflicto interior, odio y rebelión contra aquél o aquélla que nos roba nuestra libertad y nos impide volar con nuestras propias alas. Este odio puede ser desplazado a otros o vuelto contra nosotros y destruirnos<sup>97</sup>.

A la luz de las dos características comunes a toda herida, que son la privación y el sufrimiento, podríamos decir que las situaciones de traición, rechazo, abandono, humillación e injusticia hieren al ser humano porque le privan respectivamente de confianza, aceptación, reconocimiento, estima de sí y amor. Enfermamos también de la errónea e inadecuada interpretación que hacemos de lo acaecido (una palabra, un gesto, una mirada del otro), de los quiméricos deseos y, de las ilusiones que hemos hecho de nosotros mismos y de nuestra vida. En suma, toda situación que conlleva la pérdida de algo importante que la mente humana no pudo afrontar, interpretar adecuadamente e integrar serenamente en su deseo de cumplir el bien en clave de libertades sería una probable causa de herida.

### 3.3. Consecuencias o síntomas de las heridas psicológicas

En esta sección, lejos de ser exhaustivo queremos poner de relieve algunos signos que permiten reconocer e identificar las heridas interiores. De modo general las heridas perturban nuestro mundo emocional, alteran nuestra mirada sobre Dios, sobre nosotros mismos, sobre los demás y sobre el mundo. La herida constituye «un obstáculo a [la elaboración de sanas] relaciones consigo mismo, con Dios y con los demás»<sup>98</sup>. Pues, las heridas repercuten en las emociones, la afectividad, la inteligencia, la voluntad, la imaginación y la memoria. La herida inhibe al sujeto o lo hace caer del lado opuesto. El crecimiento de la capacidad psicológica herida es retrasado. En un desajuste psicológico lo que queda primeramente afectado es la propia “libertad y querer”, a los que los Ejercicios se van a estar remitiendo continuamente<sup>99</sup>. En consecuencia, este desajuste es un grave obstáculo a nuestra plena realización. La herida debilita la voluntad humana, oscurece el entendimiento y desvía al hombre de su camino hacia la libertad. Las facultades del alma son perturbadas por los afectos desordenados que

---

<sup>96</sup> Cf. Pacot, 73.

<sup>97</sup> Cf. Pacot, 73.

<sup>98</sup> Ancilla, 15.

<sup>99</sup> Cf. Domínguez Morano, 283-284.

imposibilitan la percepción de la realidad, y de esta manera, alteran la reacción libre y adecuada a la verdad objetiva<sup>100</sup>.

Al tener estancadas las facultades cognitiva, volitiva y afectiva la persona herida elabora una visión deformada de la realidad, una imagen distorsionada de Dios (es percibido como un justiciero, un severo supervisor, etc.) y de sí mismo. Se considera continuamente de manera negativa, se minusvalora y se despedaza con sentimientos de culpa. La vida pierde su sentido. En el lenguaje freudiano, se dirá que las estructuras internas de la persona psicológicamente herida ya no son sometidas por las leyes del “principio de la realidad”. Es decir, la psique ya no es modelada, informada, organizada y relativizada por lo intersubjetivo. La afectividad ejerce una presión sobre la razón.

Otro signo de la herida psicológica es la desconfianza. En efecto, la confianza básica en uno mismo y en la vida que se habrá de enfrentar nace de la relación con los padres o sus sustituyentes. Sin ellos la confianza en sí mismo y otros se quiebra. Esta confianza es la tierra fértil para la experiencia religiosa y las relaciones de intimidad con otros. Las heridas imposibilitan una fe madura. «Quien no pudo, en efecto, experimentar esa confianza básica, sostenido en unos brazos maternos, no podrá nunca fiarse de los otros y, por tanto, tampoco de este otro psíquico que es Dios para nosotros»<sup>101</sup>.

La persona herida tiende a generalizar la causa de su experiencia dolorosa (todos los hombres son malos, todo el mundo está contra mí, etc.), desconfiarse de todo, incluso de Dios. Es inepto para compartir el mismo espacio psíquico (estados emocionales, valores, actividad) que una otra persona. Fijado en el pasado la herida se convierte en su clave de lectura del presente y de proyección hacia el futuro. Así, la memoria pierde su flexibilidad y la persona se vuelve dogmática, es decir, decide de una vez por todas «yo soy así porque las cosas han sucedido, definitivamente, así»<sup>102</sup>. La oportunidad que cada día traje para enriquecer la síntesis personal con nuevos rasgos pasa desapercibida.

Además de dañar la imagen de Dios y enfermar el amor de sí, las heridas de corte psíquico producen en el hombre agresividad, rigidez, comportamientos compulsivos, o sea, un acto de la vida corriente que un mecanismo de defensa hace

---

<sup>100</sup> Cf. Ruiz Jurado, 122.

<sup>101</sup> Domínguez Morano, 22.

<sup>102</sup> López-Yarto Elizalde, “Memoria”, 149.

obligatorio, un acto que la persona no se puede impedir hacer. La psique está envenenada por pensamientos de odio, deseos de venganza, la negación de la verdad y el ocultamiento de todo sujeto referido con la herida. Los sentimientos frecuentes son la tristeza, el miedo, la angustia, la vergüenza y la timidez. Otros signos de reconocimiento de una psicología sufriente son el encerramiento, las «reacciones desproporcionadas (agresividad, cólera, lagrimas, violencia) con respecto a las palabras o circunstancias que las han provocado, quejas y acusaciones incesantes, incapacidad de abrirse y acoger el amor»<sup>103</sup>. En resumen, la herida psicológica rompe la unidad interior, incapacita la voluntad, afecta la relación con Dios, consigo mismo y el prójimo.

### III. La sanación y la salvación

«El propósito real de la espiritualidad no es que alcance la sanación de mis heridas, sino buscar y encontrar a Dios y dejarse transformarse por el Espíritu de Dios»<sup>104</sup>. La finalidad de la vida espiritual no ha de ser reducida a la sanación en sentido médico. La salvación se entiende como la intervención de Dios «en la historia para instaurar una nueva relación dialogal con el hombre, un hombre que permanece enteramente enfrentado a un Dios distinto de él»<sup>105</sup>. Este proceso de salvación está vinculado a Jesucristo como a su protagonista indiscutible. El acontecimiento central de la salvación presupone la actividad taumática del Jesús terrestre. En efecto, durante su anuncio del reino, Jesús de Nazaret, el único salvador histórico realizó muchas curaciones. La salvación traída por Jesús se acompaña de liberaciones. El encuentro con él es sanador. Para hacer presente y actual la acción salvífica y sanadora de Jesús el evangelista Lucas recurre al adverbio de tiempo “hoy” en siete ocasiones<sup>106</sup>. Así, Lucas nos mantiene abierta la posibilidad de acceso a la nueva vida que Dios nos ofrece a través de su Hijo primogénito.

«Los males de los que escapan los beneficiarios de la salvación pueden enfocarse a un doble nivel: material, o moral»<sup>107</sup>. Las situaciones negativas de tipo material son la esclavitud, la enfermedad, la persecución y la muerte. A nivel moral o

---

<sup>103</sup> Gueydan, 8.

<sup>104</sup> A. Grün, “Aspectos sanadores de la espiritualidad cristiana. Relación entre espiritualidad y psicología”, *Confer* 57, nº218, (2018), 322.

<sup>105</sup> R. Schwager, “salvación”, en *Diccionario Akal crítico de teología*, dir. Jean-Yves Lacoste, (Madrid: Akal, S. A., 2007), 1107.

<sup>106</sup> Cf. Grün, “Aspectos sanadores”, 314.

<sup>107</sup> Schwager, “salvación”, 1106.

espiritual las situaciones de malogro que piden rescate es el mal: el pecado, la herida psicológica. Por lo tanto, en la experiencia religiosa u oracional sucede para nosotros hoy lo que se hizo realidad para los hombres de otrora: la redención y la sanación<sup>108</sup>. Sin embargo, ¿cómo ha de ser entendida esta sanación? De entrada, queremos dejar claro lo que la sanación aquí en juego no es.

### 1. Consideraciones erróneas de la sanación

En primer lugar, la sanación buscada no es la autorrealización, el simple bienestar emocional, o una mera conversión ética<sup>109</sup>. Los Ejercicios no deben estar centrados en el yo y su bienestar, es decir, no han de ser convertidos «en un instrumento para lograr el equilibrio interior y la sanación integral, para superar la angustia, el estrés, para mantener a raya la amenaza de la frustración [cruz] y el fracaso, para encontrar la paz consigo mismo como fuente de energía y de consuelo»<sup>110</sup>. Los Ejercicios no son una psicoterapia. La espiritualidad ignaciana reconoce la necesidad humana de ser sanado, pero no la absolutizan para que la sanación no se vuelva un obstáculo en la prosecución de su finalidad última que es «buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánima» (Ej. 1). Con respecto a esta finalidad, san Ignacio afirma en su “principio y fundamento” la relatividad de todas las otras cosas «salud o enfermedad, riqueza o pobreza, honor o deshonor, vida larga o corta» (Ej. 23). Entonces, en un camino espiritual no hay que curar todo.

En segundo lugar, la sanación no es una suerte de quietismo. Asemejar la sanación al quietismo significa que la gracia de Dios basta para que sea sano, es Dios mismo que directamente cura el psiquismo herido. Así, la participación humana al proceso es poco valorada. La sanación tiene una dimensión mágica. Bajo esta concepción de la sanación, los Ejercicios aparecerían como un conjunto de oraciones que hay que hacer para tener la curación y el fortalecimiento. Además de edulcorar la naturaleza de los Ejercicios, la definición de la sanación como una especie de quietismo tiene otros límites. En efecto, las personas que no han quedado sanados al término de los Ejercicios o sesiones de oraciones de curación, podrían acabar dudando del amor de

---

<sup>108</sup> Cf. Grün, “Aspectos sanadores”, 310.

<sup>109</sup> Cf. G. Uríbarri, “Tres cristianismos insuficientes: emocional, ético et de autorrealización”, *Sal Terrae* 91, (abril 2003), 269-282.

<sup>110</sup> G. Uríbarri, “El sujeto ignaciano en la cultura contemporánea. Desafíos y recursos”, en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, eds. Rufino Meana Peón, José García de Castro Valdés, Francisco Ramirez, Jaime Tatay, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero - Sal Terrae - UPComillas, 2019), 319.

Dios para ellas (Dios sería un caprichoso que concede la liberación a uno y la niega a otro), o cayendo en una autoculpabilidad por atribuir su no curación a su falla de fe<sup>111</sup>.

## 2. La verdadera sanación

El norte que indican los Ejercicios es «buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánima» (Ej. 1). Desde ahí los Ejercicios son «un camino mistagógico de incorporación a la vida filial, a la vida al estilo del Hijo de Dios, que es quien nos muestra en su vida completa lo que significa ser Hijo»<sup>112</sup>. En la escuela de los Ejercicios la comida de los imitadores de Jesús es la voluntad divina (Cf. Jn 4, 34). Al igual que el pan fortalece y mantiene sano el cuerpo, la búsqueda y la recepción del designio de Dios contribuye a la salud del ánima en sus diversos componentes (espíritu, memoria, entendimiento, voluntad y libertad). La conversión que nace del encuentro con Dios repercute en el alma y sus potencias, constituye una fuente de donde emerge una nueva persona.

De ahí, se sigue que la sanación es una transformación, profunda reestructuración del yo que implica que «renunciemos a nuestra desmesura, que nos despedamos de nuestros sueños de grandiosidad y encontremos la dimensión que corresponde a nuestra esencia, que está a la altura de nuestras capacidades, pero también de nuestra fragilidad»<sup>113</sup>. San Ignacio vivió esta experiencia de despertarse del sueño y de grande lucidez sobre sí en Manresa. Volveremos más adelante sobre esta experiencia fundante. Al abrazar la voluntad divina la voluntad humana, entonces debilitada, se fortalece y los ojos del entendimiento se abren. A pesar de los momentos dolorosos conocidos, la vida cobra nuevamente sentido y la esperanza renace. La sanación nos proporciona un conocimiento excepcional de nosotros mismos, nos hace salir de la negación, del odio de nosotros mismos, y abandonar el orden imaginario en el que permaneceríamos hasta entonces.

La persona así sanada vive conforme a su esencia; ya no vive en conflicto consigo misma, sino en armonía con su ser más íntimo. El descubrimiento del amor incondicional de Dios transforma al sujeto y su modo de mirar la realidad. La sanación no es ante todo la supresión del problema o del sufrimiento, sino la capacidad de reconocerlo, aceptarlo, integrarlo y trascenderlo. Es levantarse y andar libre de todas

---

<sup>111</sup> Cf. Gueydan, 17.

<sup>112</sup> Uríbarri, “El sujeto ignaciano” 333.

<sup>113</sup> Grün, “Aspectos sanadores”, 310.

ataduras hacia su meta que es una vida de amor. La sanación implica un paso de un mundo de ideales, actitudes, de valores y comportamientos propios al mundo de valores e ideales que Jesús nos propone. Nuestro “Yo ideal” deja paso a un “Ideal del Yo”, que es la «instancia más evolucionada de la personalidad, que remite a unos ideales colectivos que trascienden al “Yo” y que, [...] constituye una vía obligada en los procesos de sublimación»<sup>114</sup>. En la segunda vertiente narcisista, el “Yo” es trascendido por un Ideal que desea, así rompe la confusión del “Yo” con su Ideal que es causa de heridas y de grandes frustraciones.

La sanación activa las funciones positivas del narcisismo. La persona que ha experimentado el amor incondicional de Jesús puede desarrollar una personalidad vigorosa, fuerte e independiente; llegar a preferir amar a ser amados; ser apto para servir al prójimo<sup>115</sup>. El sujeto deja de ser el centro y la medida. La sanación implica un cambio en el desde dónde y cómo vivir. Ahora el internamente unificado mira su propia historia y la realidad desde el amor de Dios para él. La sanación permite un sano amor propio, una notable confianza y apertura a la alteridad, una entrada en el régimen del amor y el buen ejercicio de la libertad. Una psicología sanada renuncia a todo tipo de venganza.

## Conclusión

En definitiva, en este primer capítulo buscábamos alcanzar un doble objetivo: explicitar los términos de heridas interiores y sanación, y dejar apuntada la dimensión sanadora de los Ejercicios espirituales de san Ignacio. Después de mostrar el abanico de significados que tiene el término de heridas interiores, las emplearemos a continuación más en el sentido de heridas psicológicas. De vez en cuando, aludiremos a las heridas del pecado. En efecto, es posible que la herida psicológica constituya el lugar donde proliferarían abundantemente algunos vicios. Por ende, la sanación no ha de poner fin al continuo combate espiritual contra el mal.

La sanación no es el fruto de una mera introspección, sino una transformación interior que brota de una experiencia religiosa, de la experiencia del amor incondicional de Dios. La vía de sanación pone la persona herida en el camino de encuentro con Dios, del amor que es opuesto al de la violencia, del encerramiento, de la desconfianza, y de

---

<sup>114</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 160.

<sup>115</sup> Cf. Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 160.

los deseos de venganza y odio. Se trata de salir de los lugares donde nunca se podrá encontrar el auténtico amor que nuestro corazón anhela.

¿Cómo los Ejercicios nos ponen en este camino de amor que transformaría nuestro “Yo”, cambiaría nuestra mirada sobre Dios y los demás? Dado que las heridas socavan al hombre en su referencia trascendente, deterioran la figura divina, el primer elemento que los Ejercicios, desde su antropología teológica, pretenderían sanar es la imagen de Dios. Según el Principio y Fundamento el hombre es una «creatura finalizada»<sup>116</sup>, un ser para Dios, por tanto, el encuentro hombre-gracia que proporcionan los Ejercicios busca reconectar al alma y sus facultades con su genuino fin: el verdadero Dios.

---

<sup>116</sup> F. J. Ruiz Pérez, “Hombre”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 944.

## CAPÍTULO II: LA IMAGEN DE DIOS EN LOS EJERCICIOS: LA FUERZA SANADORA DEL AMOR DE DIOS

Las heridas interiores de índole psicológica alteran las dimensiones cognitivas y relacionales del ser humano. La dimensión relacional incluye las esferas motivacional y emocional o afectiva. A nivel cognitivo, las heridas paran o modifican la comprensión y el desarrollo de una imagen adecuada de Dios, del prójimo, del mundo y de uno mismo. A nivel relacional las heridas no permiten desarrollar una relación sana, segura con uno mismo, con Dios y con los demás. De este modo, las heridas debilitan, incapacitan el órgano psicológico sobre el que se sustenta la experiencia de fe. Sin embargo, el encuentro con el verdadero Dios, no con el de nuestras ilusiones o representaciones deformadas, es susceptible de sanar, dar vida a la persona herida y de capacitarle de nuevos modos más adecuados de relacionarse consigo mismo, con los demás y con el mundo. Después de haber encontrado a Dios tal y como es, el hombre entra en una nueva comprensión de sí mismo, de Dios, del mundo y de los demás. El hombre así renovado reestructura y ordena todo su mundo cognitivo, afectivo, relacional en función de aquella experiencia espiritual durante la cual sus ojos se abrieron a nuevas realidades.

¿Es anodino que san Ignacio arranca y cierra el proceso de sus Ejercicios poniendo al ejercitante ante una imagen de Dios? ¿Cuáles serán los rasgos del Dios de los Ejercicios cuya finalidad es «vencer a sí mismo y ordenar su vida sin determinarse por afección alguna que desordenada sea» (*Ej* 21)? ¿Una tal imagen de Dios es susceptible de generar una relación amorosa con Dios, y así sanar un alma herida?

Para responder a estas preguntas empezaremos presentando la experiencia fundante de san Ignacio al borde del Cardoner. En efecto, es ahí donde san Ignacio tuvo la mayor experiencia espiritual que le hizo ver todas las cosas como nuevas, porque cambió su mirada sobre la realidad divina, humana y mundana. Esto nos podría ayudar a entender por qué los Ejercicios arrancan con una precisa imagen de Dios. En segundo lugar, daremos, dentro del proceso de los Ejercicios, algunas pinceladas acerca de las disposiciones internas y externas que el ejercitante ha de observar para favorecer el encuentro con Dios. En tercer lugar, presentaremos esencialmente la imagen de Dios subyacente a los Ejercicios desde el principio y fundamento, y la primera semana. Para eso, aludiremos un poco a la Contemplación para alcanzar amor (CAA).

## I. La iluminación mística del Cardoner: de lo imaginario a la realidad

Aquí describiremos la experiencia para fijarnos en un segundo momento en sus efectos en la vida de san Ignacio.

### 1. La experiencia del Cardoner

Toda la transformación que va a producirse en san Ignacio no puede entenderse sin una experiencia clave que «fue posible cuando, rendido en sus intentos por “hacerse con”, por ganárselo con seducciones heroicas o sometimientos masoquistas, se abrió la posibilidad de un encuentro que escapaba absolutamente a su intención y control; [...] pudo tener lugar con la superación de su narcisismo infantil»<sup>117</sup>. Esta experiencia clave, la “iluminación del Cardoner” fue «uno de los momentos más importantes en la vida de Ignacio, no sólo de su tiempo de Manresa, sino de todo su itinerario interior»<sup>118</sup>. ¿Cuál es el contenido de aquella iluminación?

Se nos narra lo que ocurrió aquel día en la *Autobiografía*. En uno de los números se lee esto:

Una vez iba por su devoción a una iglesia que estaba poco más de una milla de Manresa, que creo yo que se llama San Pablo, y el camino va junto al río; y yendo así en sus devociones, se juntó un poco con la cara hacia el río, el cual iba hondo. Y estando allí sentado, se le empezaron a abrir los ojos del entendimiento; y no es que viese alguna visión, sino entendiendo y conociendo muchas cosas, tanto de cosas espirituales como de cosas de la fe y de las letras; y esto con una ilustración tan grande, que le parecían todas las cosas nuevas. Y no se puede declarar los particulares que entendió entonces, aunque fueron muchos, sino que recibió una grande claridad en el entendimiento; de manera que en todo el discurso de su vida, coligiendo todas cuantas ayudas haya tenido de Dios y todas cuantas cosas ha sabido, aunque las junte todas en uno, no le parece haber alcanzado tanto como de aquella vez sola. Y esto fue en tanta manera de quedar con el entendimiento ilustrado, que le parecía como si fuese otro hombre y tuviese otro intelecto, que tenía antes. (Au 30)

Laínez, Polanco y Nadal mencionan también este episodio<sup>119</sup>. Esto evidencia que «san Ignacio habló de él en su círculo más íntimo y los primeros compañeros supieron

<sup>117</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 168.

<sup>118</sup> José García de Castro Valdés, *El Dios emergente. Sobre la «consolación sin causa»*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2001), 310.

<sup>119</sup> Cf. FN II, 526 ; FN II, 152-153.240 ; FN I, 80.

captar [la] trascendencia»<sup>120</sup> de este momento privilegiado y nos guardaron de él un recuerdo que traspasó el tiempo. La iluminación del Cardoner es la más alta experiencia de las que tuvo san Ignacio; es una de las cumbres más altas de la acción de Dios en la vida de un hombre. Esta experiencia culminante se halla destacada en toda narración ignaciana, y se sitúa «en un contexto de intensa vida espiritual de Ignacio»<sup>121</sup>.

En la descripción de la experiencia mística del Cardoner, «san Ignacio no ve nada nuevo, no oye tampoco ninguna voz. Son los “ojos del entendimiento” los que se abren»<sup>122</sup>. La Iluminación tiene un fuerte componente cognitivo, pues se trata de una experiencia de entender y conocer<sup>123</sup>. Nadal interpreta, considera la eximia ilustración «un excelente don de sabiduría e inteligencia»<sup>124</sup>. En efecto, aparecen repetidas expresiones referidas explícitamente al ámbito del intelecto: “se le empezaron a abrir los ojos del entendimiento”; “entendiendo y conociendo muchas cosas”; “ilustración”; “entendió”; “grande claridad en el entendimiento”; “entendimiento ilustrado” e “intelecto”. El entendimiento de San Ignacio así iluminado por la gracia divina abarca una pluralidad de cosas: cosas de la fe y de letras, cosas espirituales. Las “cosas espirituales” se referirían a «los movimientos del Espíritu en nuestra vida»<sup>125</sup>, es decir, según el testimonio de Laínez, que san Ignacio «empezó a [...] discernir y probar espíritus buenos y malo» (Carta a Polanco de 1547, FN I, 80). Por las “cosas de la fe se puede entender las verdades reveladas en su conjunto armónico; por las “cosas de letras” podríamos vislumbrar una alusión a los objetos del conocimiento natural, es decir el ámbito cósmico y profano. Por haber sido puesto con la verdad, se puede afirmar que Ignacio recibe en la experiencia del Cardoner una capacidad singular de discernimiento<sup>126</sup>.

La iluminación concierne la globalidad del mundo. San Ignacio ha captado nuevamente el sentido de la totalidad de la realidad. La misma realidad de su persona y de todo lo que le rodeó es percibida de un modo radicalmente nuevo. La contemplación de la verdadera imagen de Dios, diferente de la de su imaginario que intenta conquistar por sus hazañas y penitencias exageradas, reconfigura el órgano psicológico de san

---

<sup>120</sup> J. Melloni, “Cardoner”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 280.

<sup>121</sup> García de Castro Valdés, 310.

<sup>122</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 168.

<sup>123</sup> Cf. García de Castro Valdés, 314-322.

<sup>124</sup> MNad V, 276-277.

<sup>125</sup> Josep M. Rambla Blanch, *El peregrino. Autobiografía de san Ignacio de Loyola*, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2015, 75 (nota a pie de página nº34).

<sup>126</sup> Cf. García de Castro Valdés, 320.

Ignacio y lo convierte en un hombre nuevo. De hecho, san Ignacio mismo afirmaba: «Y esto fue en tanta manera de quedar con el entendimiento ilustrado, que le parecía como si fuese otro hombre y tuviese otro intelecto, que tenía antes» (Au 30).

El Dios en contacto de quien san Ignacio fue transformado en sus dimensiones cognitiva, afectiva y relacional es, por una parte, el Dios creador. Pues todavía en Manresa y antes de la iluminación, «una vez se le representó [a Ignacio] en el entendimiento con grande alegría espiritual en modo con que Dios había el mundo, que le parecía ver una cosa blanca, de la cual salían algunos rayos, y que della hacía Dios lumbre» (Au 29). En este mismo tiempo, Dios le trataba a Ignacio de la «misma manera que trata un maestro de escuela a un niño, enseñándole» (Au 27). Dios sería como un Padre que enseña su firme voluntad a su hijo para que le sirva. La representación de Dios está configurada en términos de Padre Creador.

Según las interpretaciones de Carlos Domínguez Morano, en la experiencia del Cardoner, se trata «de una “iluminación” de sí, de la vida y del mundo, que va a dejar una marca indeleble y que va a continuar siendo operativa en su dinámica personal modificando, compensando [...] aspectos diversos de su estructura personal»<sup>127</sup>. En la experiencia del Cardoner, «lo que se le ha dado ha sido una transformación en el modo de conocer, es decir, en la manera de nueva de relacionarse intelectualmente con el mundo»<sup>128</sup>. En efecto, «el Cardoner descentra a Ignacio en la manera de ordenar sus propias categorías intelectuales. Todo le parece nuevo, porque hasta entonces su entendimiento era viejo, y era viejo porque estaba centrado en sí mismo»<sup>129</sup>. De este modo, el Cardoner pone a Ignacio en su sitio, haciéndole entender que él no es la medida de todas las cosas.

La iluminación perfila la mirada de san Ignacio sobre toda la realidad y le posibilidad a relacionarse con ella de un modo renovado. Su nueva mirada es totalizante. En este sentido podríamos decir la iluminación del Cardoner es una experiencia de una recreación de una mirada.

## 2. Los efectos de la experiencia del Cardoner en san Ignacio

La experiencia mística no vale por sí misma. Al igual que todo árbol se reconoce por sus frutos, lo que autentifica una experiencia mística son los efectos que produjo en

---

<sup>127</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 169.

<sup>128</sup> García de Castro Valdés, 316.

<sup>129</sup> García de Castro Valdés, 328.

la vida de la persona que la tuvo. En la vida de san Ignacio se ve que hubo un antes y un después de la iluminación del Cardoner. Con su entendimiento ilustrado, Ignacio accede a un nuevo modo de relación consigo mismo, con Dios y con el mundo. A la luz de esas nuevas relaciones, se podrían rastrear cuatro efectos de la iluminación en san Ignacio<sup>130</sup>.

### 2.1. La lucidez

Uno de los efectos primeros de la experiencia del Cardoner es «la clara percepción del carácter imaginario de sus experiencias anteriores»<sup>131</sup>. En efecto, tras la iluminación Ignacio consigue desenmascarar la naturaleza de aquella cosa en forma resplandeciente que veía a menudo y que le daba mucha consolación por ser hermosa, pero no conocía la especie de aquella cosa (*Cf. Au 17*). Con la auténtica luminosidad recibida en el Cardoner, san Ignacio descubre la falsedad de la visión que hasta el momento no había identificado:

Y después que esto duró un buen rato, se fue a hincar de rodillas a una cruz que estaba allí cerca, a dar gracias a Dios. Y allí le apareció aquella visión que muchas veces le aparecía y nunca la había conocido, es a saber, aquella cosa que arriba se dijo que le parecía muy hermosa, con muchos ojos. Mas bien vio, estando delante de la cruz, que no tenía aquella cosa tan hermoso color como solía; y tuvo un muy claro conocimiento, con grande asenso de la voluntad, que aquél era el demonio; y así después, muchas veces por mucho tiempo le solía aparecer, él, a modo de menosprecio, lo desechaba con un bordón que solía traer en la mano. (*Au 31*)

La experiencia del Cardoner supone la resolución de la crisis anterior en la que Ignacio fue inmerso. El peregrino cae en la cuenta de que aquella visión le movía en una dirección contraria a la de Dios. La genuina experiencia de Dios nos ayuda a discernir y a poner cada cosa en su buen sitio:

De la misma manera que lo propio de la consolación dada por Dios y sus ángeles en sus mociones es “la verdadera alegría y gozo espiritual, quitando toda tristeza y turbación a que el enemigo” (*Ej 329*), lo propio del don de Dios a través de la ilustración es quitar todo engaño y mentira traídos por el enemigo...<sup>132</sup>

A san Ignacio, «la “cosa” no cesará en reaparecer, pero ya ha perdido su potencia ofusadora»<sup>133</sup>. Sin embargo, su nuevo modo de apertura le otorga un mayor grado de lucidez para establecer de ahora en adelante una sana relación con Dios, consigo mismo, con los demás y con el mundo.

---

<sup>130</sup> *Cf.* Melloni, “Cardoner”, 284-285.

<sup>131</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 169.

<sup>132</sup> García de Castro Valdés, 319.

<sup>133</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 169.

## 2.2. La unificación

En el descubrimiento y en el vencimiento de la tentación, conocimiento y voluntad van al unísono<sup>134</sup>: San Ignacio «tuvo un muy claro conocimiento, con grande asenso de la voluntad, que aquel era el demonio; y así después de muchas veces por mucho tiempo le solía aparecer, [...] lo desechaba con un bordón que solía traer en la mano» (*Au* 31). Después de la iluminación del Cardoner, san Ignacio integra armoniosamente sus dimensiones cognitiva y afectiva. Bajo la guía de la gracia de Dios, los aspectos de nuestra vida colaboran en la misma acción, ya no andan dislocados.

## 2.3. El descentramiento y la apertura a la alteridad

«La iluminación del [Cardoner] marca el tránsito entre el período eremítico-narcisista de Manresa, en el que estaba pendiente de su propia santidad, y la nueva etapa, en la que Ignacio estará más atento a los habitantes de la ciudad.»<sup>135</sup> Ignacio pasa del aislamiento, de la huida del mundo a una salida hacia él. De hecho, a partir del momento de la iluminación, el peregrino cambia radicalmente su estilo de vida y vuelve a la realidad. «Abandona las penitencias extremas que seguía, se corta y arregla el pelo, se corta las uñas, se viste con normalidad, decide comer carne [...]. Sale al encuentro con un mundo, una sociedad, una realidad histórica que desde muchas dimensiones le va a interpelar, interrogar, a solicitar y a [llevar a tratar con las almas (*Cf. Au* 29)]»<sup>136</sup>.

Al ver el fruto que hacía en las almas con las que traba, y «al percibir que el don no lo había de conquistar él, sino que le era entregado, [san Ignacio] pudo empezar a estar pendiente de los demás»<sup>137</sup>. Así., un encuentro amoroso, que se precede o no de una fase eremítica, ascética o purgativa, con Dios permite a la persona quien la tuvo a restablecer una relación de confianza con Dios, consigo mismo y con los demás.

## 2.4. La perdurabilidad

San Ignacio fue marcado para siempre por aquella experiencia interior vivida en las orillas del Cardoner. La iluminación constituyó una experiencia inolvidable e imborrable sobre la cual san Ignacio volvía «a lo largo de su vida, no como una nostalgia, sino como una referencia fundante y originante»<sup>138</sup>. A ella se refería Ignacio

---

<sup>134</sup> *Cf.* Melloni, “Cardoner”, 284-285.

<sup>135</sup> Melloni, “Cardoner”, 285.

<sup>136</sup> Domínguez Morano, “Ignacio de Loyola”, 167.

<sup>137</sup> Melloni, “Cardoner”, 285.

<sup>138</sup> Melloni, “Cardoner”, 285.

para tratar las cuestiones y los asuntos fundamentales de la Compañía. A este propósito, Nadal afirmó en sus Pláticas a los de Coímbra lo siguiente: «El Padre Maestro Ignacio había entendido entonces todas las cosas en una claridad y luz muy subida, a lo cual se solía referir después dando razón de las cosas que acontecía, demandarle, así de la Compañía como otras espirituales»<sup>139</sup>.

Para ayudar a las almas a vivir una profunda y transformadora experiencia de Dios similar a la que él mismo vivió en Manresa, san Ignacio, da en el proceso de sus Ejercicios, algunas directrices que han de seguir los ejercitantes.

## II. Disposiciones externas e internas de los ejercitantes

Al margen del ejercitante, el libro de los Ejercicios es un libro muerto, decía Louis Beirnaert. Es decir, los Ejercicios no son una teoría para aprender, sino algo que hay que experimentar e incorporar a la vida. Los Ejercicios son una experiencia para vivir. Para sacar provecho de la experiencia de los Ejercicios, es menester que el que los reciba tenga ciertas disposiciones. En nuestra presentación no nos ceñiremos al orden de enumeración de las anotaciones.

### 1. Aislarse para escuchar a Dios en el silencio (Anotación 20ª)

Al que quiere recibir los Ejercicios completos y desea aprovechar de ellos, san Ignacio le sugiere «el apartamiento radical [de su ámbito ordinario de vida], no tanto físico cuanto de los condicionamientos de la libertad»<sup>140</sup>. En efecto, debe operar una ruptura con su ritmo temporal y con el espacio cotidiano: «tanto más se aprovechará cuanto más se apartare de todos amigos conocidos y de toda solicitud terrena; así como mudándose de la casa donde moraba, y tomando otra casa o cámara, para habitar en ella cuanto más secretamente pudiere; de manera que en su mano sea ir cada día a misa y a vísperas, sin temor que sus conocidos le hagan impedimento» (*Ej 20*). Según Daniélou, se trata en este apartamiento de «un silencio de la voluntad, de un recogimiento del corazón que, unificando al alma en el único deseo de hallazgo de la voluntad divina, le permite a continuación conservar a rectitud de intención»<sup>141</sup>.

---

<sup>139</sup> FN II, 152-153.

<sup>140</sup> Santiago Arzubialde, *Ejercicios espirituales de S. Ignacio. Historia y análisis*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 1991), 47.

<sup>141</sup> J. Daniélou, “Retraite Ignatienne et Tradition Chrétienne”, *Christus* 3 (1956), 160.

En un espacio nuevo y no comportando sus realidades diarias, la vida del ejercitante cambia en toda su estimulación exterior. En este sentido el aislamiento «es una auténtica técnica psicológica; es decir la aplicación de una serie de normas prácticas que están encaminadas a la consecución de un fin conductual»<sup>142</sup>. La psicología contemporánea da una gran importancia al concepto de estímulo. Está demostrado que «nuestra conducta es mucho más interdependiente de los estímulos externos de lo que nuestro narcisismo quisiera suponer»<sup>143</sup>. Para el que recibe los Ejercicios, la eliminación de todo estímulo exterior de su vida normal (fama, amigos y conocidos, ideología, etc.) favorece un acrecentamiento de la estimulación interna y la unificación del mundo de los deseos.

En el contexto de los Ejercicios cerrados, Dios constituye el principal estímulo del mundo interno del ejercitante. En efecto, san Ignacio dice que del apartamiento siguen tres provechos principales:

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 merece 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 Creador, y aprovechar a su propia ánima, usa de sus potencias naturales más libremente, para buscar con diligencia lo que tanto desea; el tercero, cuanto más nuestra ánima se halla sola y apartada, se hace más apta para se acercar y llegar a su Criador y Señor. (*Ej 20*).

En estos días el que recibe los Ejercicios focaliza toda su atención, que no se halla dividida entre muchas preocupaciones, en la búsqueda de Dios. Así todas las coordenadas de su historia personal y de la realidad son valoradas en función de los objetivos espirituales. «Con el cambio de espacio y ritmo temporal, se facilita el distanciamiento necesario para objetivar la propia situación y, desde ahí, usar de sus potencias naturales más libremente»<sup>144</sup>. Sin embargo, san Ignacio está lejos de tener una conciencia idealista. Su experiencia le enseñó que en el silencio surge otra fuente interior de estímulos. Además de Dios y/o buen espíritu, Ignacio reconoce que el ejercitante es también estimulado por el mal espíritu o su propio espíritu (*Cf. Ej 32*).

---

<sup>142</sup> Domínguez Morano, 63.

<sup>143</sup> Domínguez Morano, 63.

<sup>144</sup> Domínguez Morano, 63-64.

## 2. La autodisciplina y la perseverancia del ejercitante (Anotaciones 12<sup>a</sup> y 13<sup>a</sup>)

Los Ejercicios espirituales pretenden inducir un proceso de transformación de las zonas más profundas del psiquismo por un encuentro personal con Dios. Este cambio no se alcanzará más que si, y solamente, el ejercitante se expone con regularidad a lo largo del retiro a la relación personal con Dios, pues es aquella relación que sana lo herido, derrumba las resistencias y las defensas que puedan levantarse frente a la transformación del sujeto. En efecto, un estímulo logra inducir en una persona una nueva conducta si esta es sometida repetidamente al mismo. Para poder influir en el conjunto de la personalidad y favorecer el encuentro personal con Dios, San Ignacio cuenta con las fuerzas conscientes del ejercitante, quiere que el ejercitante implique toda su voluntad en la experiencia.

Por eso, Ignacio pone un acento peculiar sobre la disciplina y la fidelidad con los tiempos de oración. El ejercitante hará cada día cinco ejercicios, y en cada uno de ellos, «ha de estar por una hora, así procure siempre que el ánimo quede harto en pensar que ha estado una entera hora en el ejercicio, y antes más que menos» (*Ej 12*). El que recibe los Ejercicios procurará no acortar la hora de cada oración. En el tiempo de desolación, la persona que se ejercita vence las tentaciones y derrota al enemigo de la naturaleza humana al «estar alguna cosa más de la hora cumplida» (*Ej 13*).

En el caso de desolación la «inclinación espontánea [del ejercitante] le inducirá a huir y abandonar lo comenzado»<sup>145</sup>. Su determinación a seguir adelante el itinerario es potenciada por el que le da modo y orden. Para evitar que renuncie y se venga abajo con la desolación, el que da los Ejercicios «habrá de inspirarle ánimo y fuerzas para que siga adelante, mostrándose con él blando y suave (*Ej 7, 1*). Habrá de inspirarle siempre la segura confianza de la cercanía de Dios que nunca le abandona (*Ej 320; 324,2*)»<sup>146</sup>. Su sostén refleja al ejercitante el de Dios.

Por el *agere contra*, el ejercitante se compromete así en un esfuerzo contra el sentimiento que le impulsa a huir de toda costa la desolación<sup>147</sup>. En cualquier caso, tanto en tiempo de consolación como de desolación, san Ignacio pide la fidelidad a la duración de cada oración. Además de favorecer que el espíritu se abra y se disponga al encuentro con Dios, la disciplina, la fidelidad al horario definido para el día y a la

---

<sup>145</sup> Arzubialde, 42.

<sup>146</sup> Arzubialde, 42.

<sup>147</sup> Cf. Domínguez Morano, 94.

duración de cada oración nos parecen también un medio para fortalecer poco a poco una voluntad debilitada, herida. En ellas el que recibe los Ejercicios compromete su voluntad en el proceso espiritual puesto en marcha.

### 3. No huir hacia delante (Anotación 11<sup>a</sup>)

En la undécima anotación, el ejercitante está llamado a vivir plenamente cada etapa de los Ejercicios, pero sin preocuparse de la materia de la siguiente etapa. A este respecto nos dice Ignacio: «al que toma ejercicios en la primera semana, aprovecha que no sepa cosa alguna de lo que ha de hacer en la segunda; mas que así trabaje en la primera, para alcanzar la cosa que busca, como si en la segunda ninguna buena esperase hallar» (*Ej 11*). En este sentido el que se ejercita debe focalizar toda su atención sobre la presente tarea a realizar y movilizar sus fuerzas para llevarla a cabo.

«El enfrentamiento de todo el problema del mal y de la propia implicación en él por el pecado que constituye el núcleo de la “Primera semana” es una tarea que inevitablemente tiene que movilizar ansiedades, culpas y temores en el ejercitante. De ahí la tentación de huir»<sup>148</sup>. Sin embargo, afrontar en la verdad el problema del mal lleva a gustar al amor y a la misericordia de Dios. Por lo tanto, en el proceso de los Ejercicios no hay que adelantarse ni forzar el paso. Es dejarse conducir diariamente por Dios preguntándole como Ignacio: ¿Dónde me queréis, Señor, llevar? (*De 113*) Vivir a fondo cada semana, es decir sin fuga hacia delante, es una manera de experimentar y de adentrarse gradualmente en el amor hondo de Dios.

El otro aspecto de la anotación es que implica también un dejarse llevar por el que da los Ejercicios. En efecto, la disponibilidad de la voluntad o el no huir hacia adelante requiere «gran docilidad, amor, respecto y confianza en el instructor para que le permita dirigirle plenamente en todo»<sup>149</sup>. El proceso de los Ejercicios pretende instaurar entre el que da y el que recibe los Ejercicios una atmosfera de confianza mutua. En la misma línea Ignacio dirá que para que los dos «más se ayuden y se aprovechen, se ha de presuponer que todo buen cristiano ha de ser más pronto a salvar la proposición el prójimo que a condenarla» (*Ej 22*).

---

<sup>148</sup> Domínguez Morano, 95.

<sup>149</sup> Achille Gagliardi, *Comentario a los Ejercicios Espirituales de san Ignacio*, ed. José A. García, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2018), 69.

#### 4. Generosidad y liberalidad con Dios (Anotación 5ª)

La quinta anotación encabeza la lista de las Anotaciones<sup>150</sup>. Lo cual revela la importancia de la actitud descrita en ella, y que el que recibe los Ejercicios debe tener ya desde el inicio del proceso. La anotación describe «la disposición ideal de quien quería encontrarse y hacía los Ejercicios»<sup>151</sup>. Debajo de ella late la siguiente afirmación: «Dios sólo se regala y entrega, en sus gracias y dones espirituales, a quien se dispone y es liberal y magnánimo con él, a quien no se reserva nada para sí, ni le regatea algo concreto, ni oculta parte de la verdad, [...] sino que se entrega incondicionalmente a su voluntad»<sup>152</sup>.

La anotación quinta se refiere a la disposición motivacional y la generosidad interior que debe tener el ejercitante para sacar mejor provecho de los Ejercicios. San Ignacio formula estas en términos de “grande ánimo” y de “liberalidad”. En efecto, en dicha anotación se lee esto: «al que recibe 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 santísima voluntad».

Con los temas del *querer* y de la *libertad* se afronta el punto central de la dinámica de la persona que hace Ejercicios. Para favorecer el encuentro personal con Dios, Ignacio prevé que el que se ejercita se comprometa conscientemente, no esconda ninguna dimensión de su persona a Dios y, se disponga «a pagar cualquier precio con tal de hallar la voluntad divina en la disposición de su vida»<sup>153</sup>. El ejercitante pone en manos de Dios las riendas de su vida, le entrega lo que es en verdad. La entrega del *querer* y de la *libertad* propicia a la experiencia de Dios debe entenderse como «una disposición de apertura y de confianza radical en el Dios que el ser humano viva y sea [cada vez mejor]»<sup>154</sup>. En esta entrega continua se contempla el deseo del sujeto a abrirse a Dios, a colaborar con su gracia, y a dejarse transformar por el amor de Dios. El que se ejercita se fía totalmente de Dios, espera todo bien de él y ningún tipo de daño. De este

<sup>150</sup> Cf. Arzubialde, 45.

<sup>151</sup> J. E. González Magaña, “Anotaciones”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 170.

<sup>152</sup> Arzubialde, 45.

<sup>153</sup> Arzubialde, 46.

<sup>154</sup> Domínguez Morano, 92.

modo, hace ofrenda a Dios de «toda su libertad para que él se sirva y haga con su vida y persona lo que desee»<sup>155</sup>.

### 5. La apertura al abrazo de Dios (Anotación 15ª)

La anotación decimoquinta pone de manifiesto una nueva realidad de la que el que recibe los Ejercicios debe ser consciente para experimentar y reconocer un encuentro amoroso de su alma con Dios. El encuentro con Dios se da cuando el que se ejercita se deja abrazar por él. En efecto, Ignacio describe el encuentro del Criador y Señor con el ánima devota en términos de abrazo y de disposición. Es conveniente, diría Ignacio, dejar «que el mismo Criador y Señor se comuniquen a la su ánima devota, abrazándola en su amor y alabanza y disponiéndola por la vía que mejor podrá servirle adelante» (*Ej 15*). En el texto ignaciano el abrazo de Dios se articula con la disposición humana a servirle.

«El abrazo [de Dios] es fecundo para marcar la orientación de la vida, el abrazo es operativo en la conducta del sujeto»<sup>156</sup>. Abrazado por Dios, el hombre abraza el modo de vida que lo conduce a su plena realización. El amor de Dios sentido en su abrazo, en la unión mística debe hallar un modo y una vía por la que ha de expresarse en la vida concreta del sujeto. Dicho de otro modo, «el encuentro, el abrazo entre Dios y la criatura, desencadena una nueva conformación de la identidad del sujeto y, desde ella, un nuevo modo de situarse en la vida, de sentir, de pensar y de organizar la relación con los otros»<sup>157</sup>.

En suma, para favorecer, en el caso de los Ejercicios cerrados, un encuentro con Dios susceptible de poner en marcha la reconfiguración de la identidad del ejercitante, es importante que el sujeto defina un nuevo ritmo temporal, viva en un espacio donde no esté expuesto a sus estimulaciones exteriores ordinarias para tomar distancia y releer su historia personal a la luz de su principal estímulo que es Dios. Está también invitado a observar una autodisciplina (fidelidad a los momentos y la duración de cada oración del día), a vivir con profundidad lo que toca en cada semana de los Ejercicios, a confiar totalmente en Dios, y a dejarse abrazar por él. En otras palabras, se trata de seguir el modo y orden de cada día.

---

<sup>155</sup> Arzubialde, 46.

<sup>156</sup> Domínguez Morano, 58.

<sup>157</sup> Domínguez Morano, 58.

Por otra parte, pensamos que la vivencia de estas normas prácticas podría ya provocar cierta sanación. Tal vez, el genuino compromiso del sujeto en el proceso de los Ejercicios puede potenciar una voluntad debilitada, uno de los síntomas de las heridas interiores. Siguiendo el modo y orden del proceso de los Ejercicios la persona herida empezará a salir del imaginario, a tocar el suelo, a reconfigurar su mundo interno, y así establecer nuevas relaciones con la realidad. Del mismo modo, mediante la actitud de entrada fundamental que es la confianza para con Dios, el nuevo objeto de reconversión afectiva, podría remediar la desconfianza que sufre las personas internamente quebrantadas. En este sentido, podemos decir que las disposiciones generan ya en el sujeto un movimiento de reestructuración afectivo-relacional.

Al apropiarse las disposiciones evocadas arriba, ¿con qué Dios se encontrará el que recibe los Ejercicios? Si las heridas interiores dañan la imagen de Dios en la persona que sufre de ellas y desvirtúa su relación con él, ¿la imagen de Dios en los Ejercicios puede ayudar a sanar su visión y su modo de relacionarse con Dios, es decir, tener una concepción de Dios que no sea una proyección personal, o moldeada por las desgraciadas experiencias personales?

### **III. La dimensión sanadora de la imagen Dios de los Ejercicios espirituales**

Ya desde los inicios san Ignacio pone al que recibe los Ejercicios en contacto con lo que Dios es. La contemplación de cómo es Dios, de cómo ha soñado su relación con todo ser humano y la relación del hombre con las otras cosas creadas sobre la faz de la tierra constituye la puerta de entrada en el proceso de los Ejercicios espirituales. Por lo tanto, es el rostro de Dios contemplado que ha de marcar el rumbo de nuestra vida, redimensionar todo lo vivido hasta entonces y orientar hacia el futuro. Se tratará, como en la zarza ardiendo, de dejar que Dios nos revele su auténtica imagen. No es a la inversa, es decir, no son nuestras experiencias existenciales tanto agradables como dolorosas las que han de servir de lente a través de la cual nos acercaremos a la verdad sobre Dios. Muchas veces, estas, sobre todo cuando son desgraciadas, se convierten en un velo que nos impide contemplar el verdadero rostro de Dios. La imagen de Dios que sana al hombre no procede de la mera introspección. La sanación de las heridas interiores pasará por la sanación de la imagen de Dios y del modo de relacionarse con él.

Pero, antes de adentrarnos en la sanación de la imagen de Dios como paso a la reconfiguración afectiva y relacional, presentaremos, a la luz de una corriente de la psicología de la religión, la posible correlación existente entre el crecimiento humano y la representación de Dios. Esto permitirá ver cómo la reconstrucción de una adecuada idea de Dios y una sana, confiada relación con él puede conducir a la reelaboración de relaciones seguras consigo mismo, con los demás y con el mundo.

## **1. De la experiencia de las relaciones humanas al encuentro con Dios**

La marcha de las personas heridas hacia la verdadera libertad de los hijos de Dios está comprometida, pues actúan más o menos condicionadas por el desajuste psicológico generado por las dificultades vividas. Del mismo modo, la vivencia de la confianza, de relaciones profundas con el otro y del amor gratuito se les vuelve difícil, incluso imposible. Una tal forma de amor parece ausente del horizonte de vida de una persona herida. ¿Por qué?

Aquí nos apoyaremos en algunas investigaciones de la psicología de la religión hechas desde la teoría del apego de John Bowlby. La aplicación de la teoría del apego a la experiencia espiritual nos servirá de cuadro teórico. Pero, antes de glosar los resultados de esta aplicación, detengámonos en una breve presentación de lo fundamental de la teoría del apego.

### **1.1. Breve presentación de la teoría del apego**

John Bowlby fue un psiquiatra y psicoanalista infantil de niños de origen inglés. Es conocido como el autor de la teoría del apego. En ella, Bowlby describe el efecto que producen las experiencias tempranas y la relación de la primera figura de cuidado en el desarrollo del niño. En su teoría, Bowlby «propone que los bebés humanos tienen un sistema conductual de apego, diseñado por la selección natural, que se activa especialmente en situaciones que son amenazantes interna o externamente para el niño y que está íntimamente relacionado con las conductas de exploración y autonomía»<sup>158</sup>. Para su sano desarrollo los niños necesitan una vinculación constante y confiable con una figura cuidadora. En función de la calidad de las experiencias tempranas se

---

<sup>158</sup> A. Berástegui Pedro-Viejo, “De la experiencia de crecimiento humano al encuentro con el misterio”, en *He visto al que me ve*, dir. Carmen Soto, (Pamplona: Verbo Divino, 2006), 27.

distinguen tres patrones de apego: apego seguro, apego inseguro rechazante y apego inseguro ambivalente o ansioso<sup>159</sup>.

La teoría del apego destaca así que «la vinculación afectiva con un adulto afectuoso y estable es una necesidad básica para los niños, [por extensión para toda persona] tan importante como el alimento»<sup>160</sup>. En esta teoría cobran gran valor las experiencias de vinculación que participan de la edificación de una persona afectiva y relacionamente equilibrada. En efecto, los seres humanos venimos al mundo en un estado de fragilidad y dependencia. De todos los seres vivientes el hombre es el que tiene el periodo de dependencia más largo; tardamos mucho tiempo en independizarnos de nuestros padres o figuras sustituyentes, pues tenemos unos periodos de desarrollo extraordinariamente largos. El único e imprescindible recurso para nuestra supervivencia es esperar y confiar en otro más fuerte y más sabio que yo, que me puede proporcionar el bienestar y la protección necesaria para seguir viviendo alegremente.

«Nos referimos a los vínculos de apego cuando hablamos de la conexión específica [del lazo afectivo que existe entre una persona y otra persona] y que se caracteriza por ser una relación preferencial, duradera y constante en el tiempo que se produce seguridad, consuelo, bienestar y placer»<sup>161</sup>. Desde ahí se sigue que la relación de apego debe ser duradera, estable, próxima y personal. La formación del vínculo confiable y seguro depende de un cuidador constante y seguro. En otras palabras, la figura de apego proporciona, desde su proximidad y madurez, al otro que acompaña una base segura para la exploración del mundo circundante, y refugio frente al peligro y la adversidad. La necesidad permanente de atención, de protección implica una entrega casi total por parte del cuidador. La figura de apego camina al lado del otro hacia su progresiva búsqueda de autonomía. De este modo, cumple las dos funciones básicas de

---

<sup>159</sup> - La relación de apego se desarrolla en el niño cuando la madre es capaz de responder adecuada y establemente a sus necesidades de niño, es capaz de comprender sus estados emocionales y le acompaña en la progresiva búsqueda de autonomía. El niño que ha desarrollado un apego seguro tendrá un sentimiento de seguridad en sí mismo y en las relaciones con el entorno.

- Los niños con patrones ansiosos o ambivalentes de apego se caracterizan por la inseguridad y la ansiedad tanto en su relación con ellos mismos como con el entorno. Estos niños han tenido experiencias en que la madre ha respondido a las necesidades y estados emocionales y a los intentos de autonomía del niño de modo poco consistente.

- Por último los niños con patrones de apego rechazante han vivido experiencias en los que la figura de apego o bien no ha existido o bien ha sido negligente de manera que no ha servido ni de base para la exploración ni de refugio en los momentos de dificultad. Estos niños no consiguen conectar afectivamente con los otros y desarrollan una sociabilidad superficial, de manera que las otras personas sólo tienen interés en la medida en que son capaces de satisfacer algún deseo o necesidad. (Cf. Berástegui Pedro-Viejo, “De la experiencia”, 28-29).

<sup>160</sup> A. Berástegui Pedro-Viejo, “La familia en la formación de la persona. O la importancia del vínculo de apego temprano en el desarrollo humano”, *Estudios eclesiológicos* 345 (2013), 292.

<sup>161</sup> Berástegui Pedro-Viejo, “La familia”, 292.

consuelo y de refugio, de seguridad y control. En la jerga de los teóricos de la teoría del apego, «la figura de apego sirve alternativamente de base segura (secure base) y de refugio (haven of safety)»<sup>162</sup>.

El sistema de apego permite la supervivencia de la cría humana, pues tiene una clara raíz biológica. Sin embargo, es también «la piedra angular del ajuste psicológico sano afectando al desarrollo, no sólo en la infancia y la niñez, sino en la vida adulta»<sup>163</sup>, y la fuente de confianza básica en las relaciones a lo largo de la vida. Los vínculos seguros en los que el sujeto se siente amado, valorado y a salvo constituyen una sólida apoyatura para el desarrollo de su confianza. Desde este punto de vista, las vinculaciones seguras, en las que el hombre se siente a la vez protegido y animado a explorar con valentía el horizonte de la autonomía, son importantes para un desarrollo armonioso e integral. Conviene recordar que el apego es un proceso evolutivo, pues no se termina con la lactancia o la niñez. Es un proceso vital que sirve de base de todas las relaciones afectivas de la vida. El apego hacia personas significativas nos acompaña al largo de nuestra vida, ya sean progenitores, maestros, colaboradores o personas con las que hemos establecidos vínculos duraderos. De hecho, las frustraciones y las heridas procedentes de estas son las más difíciles de vivir, porque vienen a romper la confianza, a generar una atmosfera de desprotección, de infelicidad y de desaliento.

Además de todo lo dicho arriba, se considera que el apego, que activa o inhibe la capacidad de la persona para confiar, es también el órgano de la fe. A partir de esta hipótesis se ha desarrollado una rama de investigación en psicología de la religión como “apego a Dios”.

## 1.2. La teoría del apego y la experiencia de Dios

La teoría del apego supone un nuevo acercamiento a la comprensión de Dios. La teoría del apego ofrece un nuevo marco para la comprensión de la psicología de la religión. Son los autores tales como Pehr Granqvist, Lee Kirkpatrick y Berit Hagekull que han explorado la aplicación de esta teoría a la experiencia de Dios<sup>164</sup>. Con esta teoría, el itinerario a recorrer para entender la experiencia de Dios debe hacerse a la

---

<sup>162</sup> Berástegui Pedro-Viejo, “La familia”, 296.

<sup>163</sup> Berástegui Pedro-Viejo, “La familia”, 296.

<sup>164</sup> P. Granqvist, B. Hagekull, “Religiousness and Perceived Childhood Attachment: Profiling Socialized Correspondence and Emotional Compensation”, *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 38, N° 2 (1999): 254-273 [Versión Pdf disponible en: <https://www.jstor.org/stable/1387793?seq=1&cid=pdf-reference>]; P. Granqvist, L. A. Kirkpatrick “Religion, spirituality, and attachment”

inversa de lo habitual: «los niños [personas] deben sentirse amados para poder amar. [De hecho, han de] aprender a ser amados, aprender a amarse a sí mismos, a amar al prójimo y, desde estas experiencias, abrirse a la relación con Dios»<sup>165</sup>.

De la aplicación de la teoría del apego a la experiencia espiritual se sigue que «Dios puede funcionar psicológicamente como una figura de apego»<sup>166</sup>. Por tanto, «la relación con Dios es paralela o equiparable a la relación de apego con las figuras parentales o sustitutos parentales»<sup>167</sup>. En efecto, «la persona religiosa se comporta con fe en que Dios estará disponible para protegerle y consolarle cuando el peligro amenace; en otros momentos, la mera conciencia de la presencia y accesibilidad de Dios le permiten afrontar los problemas y dificultades de la vida cotidiana con confianza»<sup>168</sup>. En situaciones de temor, de dolor, de amenaza de su vida el creyente recurre a Dios para buscar refugio y consuelo en él. Por otro lado, la persona creyente consciente de ser acompañada por Dios vive la vida con paz, tiene una mayor competencia de bienestar, y afronta con gran serenidad los desafíos diarios.

El segundo paso de la aplicación de la teoría del apego a la experiencia de Dios es el establecimiento de una relación entre los tres patrones de apego y las creencias religiosas. Acerca de esta relación, existen dos hipótesis. Según la primera, la *hipótesis de correspondencia* predice lo siguiente:

- Las personas con apegos seguros y que han tenido cierta socialización religiosa tienden a relacionarse con Dios desde la confianza, la seguridad; desarrollan una sana imagen de sí mismo, de Dios y de los demás. Tienen una religiosidad sana. Mientras que las personas con apego seguro que no han recibido una socialización religiosa no manifiestan ningún interés para la religión.
- En segundo lugar, las personas con un apego inseguro ambivalente que han recibido una socialización religiosa desarrollarán una religiosidad hiperactiva y ansiosa. Mientras que las personas con un apego inseguro ambivalente y que no han sido socializados en la fe se declararán ateos.
- Por último, las personas con un apego inseguro rechazante tienden a declararse ateos, sea que hayan recibido o no una socialización religiosa.

---

<sup>165</sup> A. Berástegui Pedro-Viejo, “Iniciación a la experiencia de Dios en niños”, *Padres y Maestros* 348 (2012), 6.

<sup>166</sup> Berástegui Pedro-Viejo, “De la experiencia”, 30.

<sup>167</sup> Berástegui Pedro-Viejo, “De la experiencia”, 36.

<sup>168</sup> Lee A. Kirkpatrick, “Attachment theory approach...”, p. 6, citado por Berástegui Pedro-Viejo, “De la experiencia”, 33.

Según el nuevo camino de estudio de la experiencia espiritual que va de lo “antropológico” a lo “teológico”, los amores humanos (conyugal, filial, fraterno, amical) deben ser el reflejo del Amor de Dios. Las relaciones dialógicas y recíprocas en las que una persona (Yo) inicia un verdadero diálogo en el que lo más profundo y completo de ella misma entra en comunicación con lo más profundo de otro (Tú) son, de algún modo, el reflejo del encuentro de su persona con Dios<sup>169</sup>. Cuando esto ocurra, en la medida de lo humanamente posible, no hay heridas graves y el sujeto desarrolla una sana imagen de uno mismo (se ama a sí mismo, se sabe amado e hijo de Dios, se cuida), de los demás (reconoce el valor de los demás, desarrolla valores de relación) y de Dios (aprende a rezar, contempla la acción de Dios sobre el mundo, aprender a sentirle)<sup>170</sup>.

La persona con apego seguro desarrolla una sana representación de Dios, despliega su capacidad de confiar, puede salir de sí para ir hacia los demás. Dicho de otro modo, a lo opuesto de un sujeto herido, no vive en la desconfianza, en el aislamiento, no se infravalora ni se despedaza con emociones negativas. Esta socialización marcada por la seguridad y encuentros amorosos ayuda a la persona a conectarse y a reforzar su vínculo con la fuente primera y fundamental del Amor. Los intermediarios entre el hombre y Dios potencian la relación entre Dios y él. En este caso a promover, los canales de revelación (padres, hermanos, amigos, sociedad) del amor divino han jugado, a sabiendas o no, bien su papel; no han obstaculizado la marcha hacia la fuente de vida. En su rol los medios han llevado el sujeto a la fuente de Vida. Las bondades humanas revelan suficientemente la Bondad de Dios. Lo que favorece que el sujeto tenga un equilibrado desarrollo psicosocial y una imagen positiva de Dios.

En cambio, las personas con apego inseguro desarrollan una representación distorsionada de Dios, manifiestan una falta de confianza e interés en la relación con su entorno. Al igual que las experiencias de inseguridad las heridas alteran la imagen de uno mismo, la mirada sobre Dios y sobre los demás. En la mente de la persona herida Dios es percibido como un ser inconsistente en sus reacciones, distante, y poco interesado en los problemas de los hombres. Así, en este caso, lejos de llevar la persona a Dios, la fuente de Amor, los encuentros y situaciones de trauma vividos la distancian de él. Los canales humanos de revelación de la Bondad de Dios han fallado, se han constituido en un velo que cubre la verdad sobre Dios. Los intermediarios imposibilitan

---

<sup>169</sup> Cf. Berástegui Pedro-Viejo, «De la experiencia», 18.

<sup>170</sup> Berástegui Pedro-Viejo, «Iniciación», 6.

la relación entre Dios y el hombre, porque hacen pantallas entre ellos. Eso no quiere decir que, para las personas que han vivido situaciones dolorosas, que han subido traumas, Dios, la fuente de Amor y el sustento de Vida, fuera inexistente o fuera de una índole diferente a la de una persona con apego seguro. En cualquier caso, Dios es inmutable y mantiene su Amor para todos. Pero ¿es posible que una persona con apego inseguro pase a tener un apego seguro?

A esta pregunta la respuesta parece positiva. En efecto, a la luz de la *hipótesis de la compensación*, la segunda hipótesis acerca de la relación entre los tres patrones de apego y las creencias religiosas, una persona puede reparar sus modos inseguros de relacionarse consigo mismo, con los demás y con el mundo, cuando viva una experiencia intensa de Dios en la que Dios sirve como una figura sustituta de apego. ¿No sería lo que san Ignacio vivió en Manresa en la Iluminación del Cardoner? Desde una nueva relación con Dios, la persona con apegos inseguros semejante a la persona herida es capaz de establecer relaciones seguras y sanas con el mundo y los demás. Sus relaciones psicosociales son reconfiguradas y la persona es nuevamente capaz de confiar en sí mismo, en otro y en Dios. La vuelta a Dios, a su verdadero rostro, sana afectivamente a la persona.

¿Los Ejercicios podrían generar las condiciones de posibilidad de una nueva relación con Dios? ¿El Dios de los Ejercicios podría servir de figura sustituta de apego para una persona herida para que salga de la desconfianza, del encierro, de los sentimientos negativos (ira, pesimismo, miedo, etc.)?

## **2. El Principio y Fundamento: horizonte del amor bondadoso de Dios**

Una de las consecuencias de las heridas interiores es la desvinculación de nuestra vida de su fuente primera y fundamental, de su fuente de amor sin límite que nos llama a amar. En efecto, varias personas heridas se comportan, actúan y reaccionan, consciente o inconscientemente, desde las distintas heridas sufridas a lo largo de su historia personal. Ya algunas no entrarán en contacto con la realidad a partir de su naturaleza creada a la “imagen y semejanza de Dios”. Las dimensiones afectiva, cognitiva y relacional de su ser se hallan condicionadas, mediadas por las heridas. Se hace todo para no volver a vivir los mismos dolores que generaron en aquel momento la situación hiriente.

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos en recubrir de varias capas las heridas, estas no desaparecen y quedan eminentemente activas, se manifiestan con otros medios y dañan las relaciones. A partir de esto, la pregunta fundamental que ha de hacerse es la siguiente: ¿desde dónde vivo diariamente mis heridas, mi naturaleza de imagen y semejanza de Dios, la libertad interior?; o ¿mi manera de vivir me aleja o me acerca al fin para el que he sido creado? Para responder a esta cuestión, destacaremos tres elementos del Principio y Fundamento relevantes para nuestra problemática de la sanación de las heridas. Empezamos por este texto inaugural del libro de los Ejercicios porque invita a una reflexión sobre los basamentos decisivos de la vida que las heridas ponen a mal.

### **2.1. Dios creador y cercano: anclaje para la reconciliación**

En el apartamiento iniciático de los Ejercicios, san Ignacio invita, más allá de las diversas experiencias vividas, a volver a la primera Fuente de vida, es decir, a contemplar el verdadero rostro de Dios, a vincularse con una realidad trascendente que dé sentido y consistencia a la existencia. «Los Ejercicios no comienzan con la consideración del pecado sino con la de la creación buena»<sup>171</sup>. En efecto, la primera realidad que el ejercitante está llamado a contemplar es la de un Dios increado, pero creador de todo lo que existe: los hombres y las otras cosas existentes. Dios es el creador de todo cuanto existe. Nada de lo que existe escapa a su control y a su voluntad. Somos criados para Dios, nos recuerda el Principio y Fundamento, el texto que abre el libro de los Ejercicios.

En el arranque de la mistagogía de los Ejercicios «se narra la historia de un Dios bueno, creador del cielo y de la tierra»<sup>172</sup>. En consecuencia, desde el principio el que recibe los Ejercicios está inmerso en la Generosidad, Belleza, Bondad infinita y el Amor de Dios. Al igual que los padres preparan la cuna, la canastilla para acoger a su hijo que va a nacer, Dios ha preparado, antes de la creación del hombre, todo lo que le será necesario para vivir felizmente. Según el primer relato de la creación Dios creó al hombre en el día sexto.

La contemplación de la Bondad de Dios favorecería una reconstitución de la representación de Dios en una psicología herida, y el restablecimiento de una relación

---

<sup>171</sup> M. Sievernich, “Dificultades para la vivencia del pecado en el contexto de los Ejercicios y de la cultura actual”, en *Psicología y ejercicios ignacianos vol. I*, eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000), 50.

<sup>172</sup> Sievernich, “Dificultades para”, 50.

confiada con Él. En efecto, varias de las personas que han sufrido heridas graves vienen a negar a Dios, o a dudar de su Bondad u omnipotencia. Dios es culpabilizado y el hombre se enoja contra Él. En las sempiternas preguntas, por qué Dios permitió que esto me pasara, dónde estaba Dios, late la sospecha sobre su Bondad. En tales mentes, Dios parece ser el origen de los males los que sufre la humanidad o un impotente incapaz de proteger a sus hijos de lo que amenaza su vida. Lo cual constituye un error teológico, pero que infelizmente está presente de una manera directa o indirecta entre nuestros pensamientos.

En las situaciones de sufrimientos y de heridas los hombres hacen muchos reproches a Dios, como si fueran mejores que Él. Así, la sospecha sobre la Bondad de Dios forja en el ser humano una relación miedosa con Dios, incluso un aislamiento de Él y de la creación. En el proceso de los Ejercicios, volver a descubrir y gustar la Bondad de Dios permite al herido situarse ante Dios de manera relajada, con consolación y con amor, y a dejar de moverse en la creación con miedo, temor y desconfianza.

Del mismo modo, al contemplar la relación Creador-criatura con la nueva clave teológica de encuentro amoroso, la persona herida, que duda a menudo del amor de Dios para con él y se cree ignorado, abandonado de Dios, caerá en la cuenta de que es un ser esperado y querido por Dios. «La satisfacción de saberse valioso para Aquel que nos dio el ser y nos espera para completarlo aún más»<sup>173</sup> emana de la sabiduría del Principio y Fundamento. Así el ejercitante podrá cesar de ver su vida como un accidente, y un sinsentido: somos hijos del deseo de Dios que trasciende el de nuestros padres. En efecto, el Principio y Fundamento nos enseña que «“no somos arrojados al mundo”, tal como buena parte del pensamiento contemporáneo, particularmente, en la filosofía existencialista, nos ha recalcado»<sup>174</sup>. Al opuesto de este pensamiento, san Ignacio, desde su hipótesis de la fe, «presupone que nuestra existencia posee un origen en el deseo mismo de Dios, en una voluntad de encuentro y diálogo en el Dios que, por ser Uno y Trino, es, en Él mismo, relación, encuentro y diálogo amoroso»<sup>175</sup>.

Para ayudar a un sujeto a ordenarse o a fortalecerse, san Ignacio busca vincularlo, abrirlo a una realidad que lo supere, lo engrandece, lo saque de sí hacia un

---

<sup>173</sup> Antonio Guillén, Pablo Alonso y Darío Mollá, *Ayudar y aprovechar o otros muchos. Dar y hacer Ejercicios ignacianos*, (Santander: Sal-Terrae, 2018), 52.

<sup>174</sup> C. Domínguez Morano, “Principio y fundamento: aspectos psicológicos”, *Manresa* 359 (2019), 166.

<sup>175</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 166.

ser-mas<sup>176</sup>. La apertura a la Alteridad puede servir de apoyo a uno para abrirse al mundo. El hecho de saberse amado, esperado por el Otro es capaz de poner en marcha un proceso de reestructuración psicológica. La apertura a Dios que es Criador y puro amor es generadora de nuevos procesos psíquicos, pues, ello es un paso importante hacia la maduración y renuncia al narcisismo en el que encierran las heridas.

Por otro lado, en el trasfondo del Principio y Fundamento late la imagen de Dios que se reveló a san Ignacio en Manresa y que dio un giro radical a su vida: «una vez se le representó en el entendimiento con grande alegría el modo con que Dios había criado el mundo, que le parecía ver una cosa blanca, de la cual salían rayos, y que della hacía Dios lumbre» (*Au* 29). Desde ahí se puede intuir una conexión entre creación y relación. En efecto, la creación no tiene en sí misma su existencia, pues dejada a ella misma la creación desaparecerá. Entonces la creación es «la dependencia misma del ser creado en relación con su principio»<sup>177</sup>. Esto supone entender la creación desde una dependencia del ser creado con respecto a su origen. En la misma manera, nosotros «no somos el origen de nosotros mismos, sino que hay un por fundamental y fundante, original y originante, del que recibimos el ser»<sup>178</sup>. En cierto sentido, se puede decir que dicha relación de dependencia es la creación misma. Dios mantiene una cercanía con la creación para seguir dándole el ser. Dios busca y mantiene el encuentro con su creación.

Esta idea de la cercanía de Dios con su creación expresada también en *Sb* 11, 24-26<sup>179</sup>, se halla claramente formulada por san Ignacio en la Contemplación para alcanzar amor. En ella, el ejercitante es llamado a «mirar cómo Dios habita en las criaturas: en los elementos dando ser, en las plantas vegetando, en los animales sensando, en los hombres dando entender; y así en mí dándome ser, animando, sensando y haciéndome entender» (*Ej* 235), y a «considerar cómo Dios trabaja y labora por mí en todas cosas criadas sobre la haz de la tierra» (*Ej* 236). La misma idea recorre es transversal a los Ejercicios. En efecto, durante la segunda semana, el ejercitante contempla un Dios que se encarna abrazando nuestra condición carnal (*Cf. Ej* 101-109). En la tercera semana, contemplamos lo que Jesús padece en su humanidad, la misma que comparte con nosotros. En la cuarta semana, miramos «el oficio de consolar que Cristo nuestro Señor

---

<sup>176</sup> *Cf.* Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 162.

<sup>177</sup> SCG II 18, n° 952.

<sup>178</sup> Javier Melloni, *La mistagogía de los Ejercicios*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2001), 125.

<sup>179</sup> “Amasa todos los seres, y nada de lo que hiciste aborreces; si algo odiases, no lo habrías creado. ¿Y cómo podría subsistir cosa que no hubieses querido? ¿Cómo se conservaría si no la hubieses llamado? Más Tú todo lo perdonas, porque todo es tuyo, Señor que amas la vida».

trae, y comparando cómo amigos suelen consolar a otros» (*Ej 224*). En Jesús Dios manifiesta más que nunca a nosotros su gran cercanía, atención y proximidad.

De lo expuesto hasta aquí, podríamos decir que además de ser un Dios Creador, el Dios de los Ejercicios es cercano, prójimo, protector, relacional y dador de vida. La contemplación de estas dimensiones de Dios es susceptible de apaciguar el corazón a una persona herida e indignada contra Dios. Si Dios contra quien tengo muchos resentimientos, no me hubiera sostenido, tal vez no estaría aún vivo. Al formular una reflexión de este tipo, que revela el nacimiento de una nueva convicción, las heridas se convierten en la persona herida en una puerta de acceso al Dios de la vida. El Dios de la vida que le ama y lo llama a vivir según su propia naturaleza, que es amar, se convierte en su aliado, y el lugar desde dónde la persona saca fuerzas para afrontar sus heridas y recrear sus relaciones rotas. La experiencia y la adhesión a un Dios creador, cuidador y siempre presente podrían inducir una reconfiguración cognitiva, afectiva y relacional.

Además de proponer una imagen positiva y amorosa de Dios, san Ignacio quiere suscitar una apertura amorosa y confiada hacia Él. A la luz de la decimoquinta anotación el ánima devota debe dejarse abrazar y disponer por su amor. Dejándose abrazar, la persona herida vuelve a conectarse con su principio y fundamento del cual la separaron los sentimientos de desamor, desconfianza que habían erigido residencia en su corazón. Ante esta imagen de Dios, la relación Criador-criatura se revela una verdadera relación de apego. Al inducir de este modo la restauración de la imagen de Dios, del vínculo de confianza y amor con Dios, los Ejercicios ofrecen las condiciones de posibilidad de una experiencia religiosa sanadora y generadora de nueva relación con uno mismo, con los demás y con el resto de la creación.

## 2.2. El «¿para qué?» de la vida, base para el cambio de rumbo

Jesús Arroyo distingue en el texto del Principio y fundamento tres niveles<sup>180</sup>. En el primer nivel llamado racional, leemos esto:

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 lo impiden (*Ej 23*).

---

<sup>180</sup> Cf. J. Arroyo, “Aproximaciones al estudio de la libertad afectiva en el Principio y Fundamento”, *Manresa* 193 (1977), 330-331.

En esta sección es obvio que son «los aspectos relacionales entre el hombre y Dios, primeramente, y entre el hombre y las criaturas, en segundo lugar, los que acaparan el punto fuerte de esta visión inicial de Ejercicios»<sup>181</sup>. En este orden relacional, el vínculo entre Dios y el hombre es primero. Por esta razón que al santo le importa ya en este momento inicial «una comprensión del hombre que realce su estar referido a Dios (“criado”) a través de sus finalidades, de sus “para”, y no tanto de sus qués»<sup>182</sup>. En el Principio y Fundamento el hombre aparece como criatura finalizada: somos criados «para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y mediante esto, salvar su ánima» (*Ej 23*). De este modo, el Principio y Fundamento subraya la direccionalidad intrínseca de la vida del hombre. Mediante el *para* los Ejercicios pretenden despertar «en el ejercitante la conciencia de la moción, esto es, de todo aquello que es dinámicamente direccional o que pone en cuestión la direccionalidad fundamental»<sup>183</sup>. El Principio y Fundamental debe señalar el norte de nuestros deseos, es nuestra brújula para el cambio de la afectividad.

Somos de una manera u otra “seres para”. «El ser humano es creado por Dios, pero también “para” Dios»<sup>184</sup>. De hecho, «Dios no sólo está al inicio de la vida del hombre, por el dato de que Él es su creador, sino que además al crearlo le ha dado una finalidad, un sentido»<sup>185</sup>. Para san Ignacio, esa finalización no es para nada una alienación o una aniquilación de la libertad humana, tampoco es una puesta entre paréntesis de lo humano. Al escrutar de cerca el sentido de «el hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor y, mediante esto, salvar su ánima» (*Ej 23*), se ve que el servicio a Dios y la salvación propia no son dos fines, sino un fin intrínsecamente ligado. Dicho de otro modo, «el *para* es lo que nos pone en comunión con el Origen, y esto es lo que nos salva, es decir, lo que despliega la plenitud de lo que somos: criaturas para la alabanza, la reverencia, el servicio»<sup>186</sup>. Como hijos del deseo de Dios, la plena realización de la «felicidad posible en esta tierra y la eterna del cielo [salvar su ánima]»<sup>187</sup> pasa por la alabanza, la reverencia y el servicio de Dios. San

---

<sup>181</sup> Francisco José Ruiz Pérez, *Teología del camino. Una aproximación antropológico-teológica a Ignacio de Loyola*, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000), 45.

<sup>182</sup> Ruiz Pérez, 46.

<sup>183</sup> Ruiz Pérez, 46.

<sup>184</sup> Ruiz Pérez, “Hombre”, 944.

<sup>185</sup> E. Royón, “Principio y fundamento”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1491.

<sup>186</sup> Melloni, 126.

<sup>187</sup> García Domínguez, “Los bloqueos”, 462.

Ignacio hace del cumplimiento de la voluntad de Dios sobre una persona el camino de la verdadera felicidad; la desliga de toda realización intramundana.

«Nuestro “para” nos viene de la Fuente (Dios Creador) a la que nos sentimos vinculados. Es ese “vínculo para” el que nos da la libertad frente a todo aquello que [herida] nos desvincula y nos cambia el “para”, el propósito vital, la vocación, la llamada.»<sup>188</sup> En efecto, la vinculación con Dios, en quien encontramos el sentido de nuestra vida y abrimos los ojos para darnos cuenta de que formamos parte de un proyecto amoroso, despierta la conciencia del sujeto conformar su vida con su fin. Dios convertido en el centro de atracción suprema de una persona herida y que andaba desviada, engañada, equivocada de rumbo, convoca a ordenar su propia existencia. Ponerle así ante la finalidad de la vida y del camino a seguir para conseguirla puede ser purificador. El encuentro amoroso con Dios y el deseo de conformarse nuestra vida con el destino puede reorientar el potencial humano cuanto su sentido y su dirección. Y para una tal ánima inclinada a una ordenación, «muy conveniente es moverse, poniendo todas sus fuerzas, para venir al contrario de lo que [mal le afecta]» (*Ej 16*).

### 2.3. La indiferencia, soporte para una sana relativización de lo vivido

Los primeros pasos de racionalidad, de lucidez sobre el fin del hombre son importantes, pero san Ignacio no se detiene en ellos. A continuación, san Ignacio da el paso al nivel afectivo que constituye el segundo nivel en la composición del texto del Principio y Fundamento. En efecto, releendo su historia personal de conversión, san Ignacio descubrió «lo poco que prospera la vida si ésta se la hace depender de conclusiones lógicas»<sup>189</sup>. Las conclusiones racionales o lógicas, aunque sean muy importantes, se revelan insuficientes para determinar la voluntad e inducir una conversión en profundidad, pues no apelan a la dimensión afectiva que es el motor de las acciones humanas. «El individuo [que] ha sido testigo del “fin del hombre” para el que los afectos no se hallan dispuestos»<sup>190</sup> debe emprender la fundamental tarea de su ordenación.

---

<sup>188</sup> E. López Pérez, “Reconciliados-reconciliadores al discernir. Antropología de la unión de ánimos en los Ejercicios Espirituales”, en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, eds. Rufino Meana Peón, José García de Castro Valdés, Francisco Ramírez, Jaime Tatay, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019), 519.

<sup>189</sup> Arroyo, “Aproximaciones”, 331.

<sup>190</sup> Arroyo, “Aproximaciones”, 334.

Con vista de bajar al mundo de los afectos a fin de suscitar, a la luz de Dios, el nuevo objeto de amor, su honda transformación, san Ignacio formula así la tercera y última frase del Principio y Fundamento:

Por lo cual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas creadas, 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. (*Ej 23*)

Según el Principio y Fundamento, el que recibe los Ejercicios es afectado por Dios, por sí mismo y por el mundo, pues «afectivamente establece relaciones con la salud y la enfermedad, con la riqueza y la pobreza, con el honor y el deshonor, con la vida larga y corta, etc. Los afectos concurren en vectores de referencia, haciendo de todas estas cosas el *tópos* donde sitúa al hombre históricamente, y desde donde, sólo desde donde puede ser comprendido como tal»<sup>191</sup>. De este modo, a través de la invitación a hacernos indiferentes a todas las cosas creadas y a adecuarlas al fin para el que hemos sido criados, el Principio y fundamento busca «la revisión de esta situacionalidad [*sic*] humana»<sup>192</sup>, la puesta en cuestión de la relación del hombre con las cosas criadas.

Desde la clave de la indiferencia ignaciana, todo adquiere una valoración en función del fin. Lo que nos hace indiferentes es la diferenciación del absoluto (el Creador) de lo relativo (creaturas, relaciones, etc.) que podamos usar tanto cuanto ayude a alcanzar al único necesario. La indiferencia «excluye toda preferencia o toma de posición anterior a que Dios le otorgue [al hombre] el conocimiento de su voluntad sobre la disposición de su vida»<sup>193</sup>. Tener a Dios como absoluto en el orden de nuestra vida es la fuerza de liberación del sujeto frente al resto de lo creado. Actuando así desde la adhesión al designio divino y al amor de Dios, el hombre mantiene «una actitud de indiferencia ante todo lo que no sea esa realidad suprema [Dios] en la que el ser humano condensa su atracción más decisiva»<sup>194</sup>. La opción preferencial por el amor de Dios se concreta en el amor que tenemos por las criaturas y las elecciones de que son objeto. «Es el amor, entonces, el que genera la indiferencia respecto a todo lo demás, [no el

---

<sup>191</sup> Arroyo, “Aproximaciones”, 331.

<sup>192</sup> Arroyo, “Aproximaciones”, 331.

<sup>193</sup> Arzubialde, 77.

<sup>194</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 167.

desinterés, ni la apatía, ni la desvinculación vital, que más bien que serían expresiones de muerte]»<sup>195</sup>.

Es la pasión por Dios y su Reino que capacita al sujeto para el ejercicio de la indiferencia. La indiferencia sólo puede proceder de la «experiencia espiritual de Dios-Amor, sobrecogedor y Padre»<sup>196</sup>, «porque la experiencia de ser amado es la única que genera la libertad de entregarse [y de ordenar su afectividad]»<sup>197</sup>. Dicho de otro modo, «corresponde a la experiencia espiritual de quien ha sentido que Dios le ama, y a la imagen de Dios como Padre y seguridad absoluta a cuyas manos el hombre se abandona para hallar en él la verdadera libertad. Un Dios fiel [...] ante el cual se “resitúan todos los afectos y relación del hombre a las cosas»<sup>198</sup>.

Así con la gracia de la indiferencia, el que recibe los Ejercicios entra en un proceso el que «retira las cargas afectivas que a lo largo de su historia se fueron condensado en objetos que le distancian de su [fin] (tal y como lo plantea el “Principio y Fundamento”) y resitúa esas cargas de afecto en lo que constituye el auténtico norte de su existencia»<sup>199</sup>. Y tal es el sentido de la tarea de ordenación de la afectividad que propone san Ignacio al ejercitante a lo largo del proceso de los Ejercicios. En términos psicológicos, la ordenación se articula en torno a la dialéctica inversión y desinversión afectiva.

Para una persona herida, el fruto inmediato de la ordenación de la afectividad que implica la actitud de indiferencia es la «ordenación interna del sujeto en la relación consigo mismo. El sujeto se adecua a su propia naturaleza, [encuentra la dimensión correspondiente a su esencia]»<sup>200</sup>. La ordenación afectiva aportará, por una parte, «una justa jerarquización y subordinación de los diversos niveles de la personalidad, de modo que todas partes inferiores estén... subyectas a las superiores»<sup>201</sup>, por otra parte, una sana relativización de lo vivido hasta ahora. La aplicación de la relativización que implica la indiferencia ignaciana a las heridas no es sinónimo de la banalización de los sufrimientos, ni del estoicismo. Se trata de releer las experiencias dolorosas vividas a la luz de la opción preferencial por el amor de Dios a fin de resituirlas a su justo lugar.

---

<sup>195</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 167.

<sup>196</sup> Arzubialde, 77.

<sup>197</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 167.

<sup>198</sup> Arzubialde, 77.

<sup>199</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 167.

<sup>200</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 168.

<sup>201</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 168.

Con la dinámica que pone en marcha la indiferencia ignaciana, es posible darse cuenta de que lo perfecto, absoluto es del único ámbito de Dios; por consiguiente, todo lo resto es limitado e imperfecto. Esta constatación fundamental cae a menudo en el olvido. A veces en varias heridas podría latir, por un lado, el exigir a un ser humano una perfección, un Amor, o algo que pertenece a Dios; por otro lado, la afección desordenada, mal dosificada a una persona, a un valor, o una cosa. La dificultad para sanar residiría en el hecho de tomar los medios como fines, en la absolutización de lo relativo. Con la indiferencia se puede caer en la cuenta de que lo humano es relativo y es susceptible de carencia, entonces podría generar heridas. Darse cuenta nuevamente de esta realidad y aceptarla, y emprender el camino de la ordenación afectiva podría reducir la intensidad y la virulencia de algunas heridas interiores y tener repercusiones positivas entre los procesos psíquicos del que recibe los Ejercicios. Dejar que Dios abrace sus heridas es sanador, pues ello lleva a relativizar todo lo demás respecto al Amor absoluto experimentado.

El cambio de mirada sobre Dios se acompaña del cambio de mirada sobre su proceso vital. La indiferencia siembra la semilla de que la lógica de vida con sus costumbres y leyes llevada hasta el momento presente no es la única, así abre la posibilidad de indagar una nueva más en acorde con el fin del hombre. Para ello, la relativización que implicará la indiferencia ignaciana es sana, porque al igual que la misma indiferencia, es generada por el amor de Dios. El proceso psíquico detrás de la motivación de la relativización se ancla en el amor, no en la negación de la aspereza de lo vivido o del daño sufrido, la ira, el desdén del otro, la mera excusa del otro, la superioridad moral respecto al otro (lo cual será una manera de humillar al otro). El amor es el nuevo modo en el que las facultades afectiva, volitiva, cognitiva, imaginativa y mnésica son movilizadas. Dado que toda acción nacida del amor y vivida desde el amor es benéfica para la salud mental, la relativización operada a partir de la indiferencia ignaciana lo es también.

### **3. Primera semana: el horizonte del amor incondicional de Dios**

Ningún Directorio pone en duda la importancia de la primera semana en la dinámica de los Ejercicios ignacianos<sup>202</sup>. Esta semana se ofrece en todas las modalidades de Ejercicios. En ella «el ejercitante mira cómo la historia de la humanidad

---

<sup>202</sup> Cf. Guillén y al., 55.

y su propia historia no siempre se han realizado de acuerdo al Plan de Dios expresado en el principio y fundamento [que ya había considerado]»<sup>203</sup>. Se trata de bajar en la oscuridad de sí mismo y de nuestro mundo; de considerar la problemática del mal, del pecado que invade la historia y pervierte su rumbo, tanto en la relación del individuo con Dios, como también con los demás y con la creación. El pecado es la negación de nuestra situación de creatura, del Principio y Fundamento. Sin embargo, a pesar de que «en “Primera semana” se trata de que el ejercitante caiga en la cuenta de lo que el pecado y su dinámica de fondo»<sup>204</sup>, el objetivo primordial de esta semana «es el de purificar la imagen que se tiene de Dios [y establecer una nueva relación entre el hombre y lo divino]»<sup>205</sup>. Por lo tanto el mejor enfoque de las cinco meditaciones de la primera semana es «el encuentro de ejercitante con Dios como Bondad infinita (*Ej* 52) y Perdonador absoluto [misericordia] (*Ej* 61 y 71)»<sup>206</sup>. Esta experiencia de encuentro amoroso nos obliga a resituarnos, recolocarnos ante la vida, modelar afectos y educar pensamientos<sup>207</sup>.

Los dos objetivos de la primera semana, purificación del alma y la de la imagen de Dios, son complementarios, pues, para reconocer, sentir y gustar la misericordia de Dios, es menester sentir «vergüenza y confusión» (*Ej* 48) por sus tantos pecados. Sin este reconocimiento valiente no existe alguna transformación honda, alguna verdadera posibilidad para hacer una sana y buena elección. Puesto que el primer paso conlleva una nueva representación mental de Dios, sacaremos del proceso de la primera semana los dos siguientes elementos: la condición pecadora del ser humano, y la naturaleza misericordiosa de Dios. Pues estas serán capaces de suscitar una transformación de los afectos, y así influir de manera positiva en la sanación de una psicología herida.

### **3.1. La dimensión sanadora del modo y orden de la primera semana**

Aquí nos detendremos en la gracia de la semana y en la meditación de los pecados personales.

#### **3.1.1. La gracia de la conciencia de pecado: apertura a la vida**

---

<sup>203</sup> T. Mardones, M. Poblete y C. Reyes, “Los Ejercicios Espirituales de san Ignacio y el proceso de individuación junguiano”, *Miscelánea Comillas* 125 (2006), 582.

<sup>204</sup> Domínguez Morano, “Principio y fundamento”, 163.

<sup>205</sup> Guillén y al., 56.

<sup>206</sup> Guillén y al., 56.

<sup>207</sup> Cf. Juan Antonio Marcos, *Apuntes de teología espiritual (curso 2019-2020)*, Madrid: inaudito, 197.

Durante la primera semana de los Ejercicios, el que se ejercita pide al Señor las gracias de “vergüenza y confusión” (*Ej* 48), de “crecido y intenso dolor y lágrimas” (*Ej* 55), y de “interno sentimiento de la pena que padecen los dañados” (*Ej* 65). El ejercitante que no ha experimentado estos dolorosos sentimientos, enfrentando su propia pecaminosidad y mirando cara a cara la fuerza destructora del pecado, no habría cabalmente llevado a cabo el proceso de Ejercicios en primera semana. Se trata en lo pedido al Señor de «experimentar una transformación profunda en el orden de los afectos, de modo que las vinculaciones que fueron objeto de intensa gratificación, que determinados objetos de amor que se han ido configurando al hilo del existir en contra o al margen del plan de Dios, sean revocados, rechazados, dados por perdidos e, incluso aborrecidos (*Ej* 63)»<sup>208</sup>.

Sin embargo, en nuestro contexto marcado por la exaltación del yo, la proclamación de la autoestima, la búsqueda a toda costa de afectos positivos y eliminación de todo dolor, se hace difícil que «la persona [sobre todo una persona herida] mire directamente a su error y se exponga a esta experiencia emocional negativa. Es posible y bastante probable encontrar reacciones defensivas que buscan minimizar el malestar que se intuye y que harán lo necesario para anestesiarlo y adormecerlo»<sup>209</sup>. Para disponer el que recibe los Ejercicios a desear y vivir sanamente la experiencia desagradable (pero liberadora) de la vergüenza, del dolor, que la conciencia del pecado debe traer consigo, es importante que esta sea bien entendida<sup>210</sup>.

Para una persona herida, el dolor psíquico previo, la vergüenza y el dolor generados por las frustraciones vividas podrían deteriorar el proceso al que es invitada. Por eso no basta el reconocimiento de los afectos negativos, porque en ellos pueden estar en el trasfondo dinámicas psíquicas y espirituales de signo muy diverso. En la lógica de los Ejercicios, la vergüenza que se pide no es la «que brota de la imagen, quizá ya rota, del propio Yo, [de las heridas sufridas]»<sup>211</sup>, ni es el «sentimiento de ser indigno o malo, no por alguna acción particular, sino porque la persona siente o cree que es intrínsecamente mala o indigna»<sup>212</sup>. Esta forma de vergüenza puede hundir más a la persona herida, pues ampliará en ella las actitudes de auto-castigo, de auto-destrucción y de narcisismo.

---

<sup>208</sup> Domínguez Morano, 104.

<sup>209</sup> M. Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón y Ejercicios Espirituales”, *Manresa* 349 (2016), 322.

<sup>210</sup> Cf. Domínguez Morano, 105.

<sup>211</sup> Guillén y al., 57.

<sup>212</sup> Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón”, 319.

Para Ignacio, la vergüenza deseada «nace de haber descubierto, pese a mi comportamiento, tanta benevolencia en [Dios]». El sentimiento de amargura que Pedro experimentó, tras la mirada que le dirige Jesús a quien había negado tres veces, es paradigmática de la vergüenza pedida en la primera semana. Del mismo descubierto nacen el dolor y las lágrimas por mis pecados. En cuanto a la confusión, ella procede de la pelea del ejercitante por descubrir una mínima lógica interna para explicarse cómo ha sido objeto de tanta benevolencia por parte de Dios a pesar de haber cometido «tantos pecados y tantas maldades» (*Ej 58*).

En el entendimiento ignaciano, la vergüenza es un sentimiento dinamizador de la conversión. Esta forma de vergüenza, consecuencia de la «conciencia de pecado que está más allá de los propios sentimientos personales tan sólo puede venir desde la acción del Espíritu de Dios en el corazón humano»<sup>213</sup>. Dicho en otras palabras, «dolerse y llorar por amor es un don, y por ello se ha de pedir. Es don porque es signo de comunión»<sup>214</sup>.

La detección de este sentimiento es sana para cualquier ejercitante, aún más para uno que sufrió heridas, porque es indicador del hecho de haber sido tocado por el amor incondicional de Dios, de la aceptación de uno mismo y del auto-perdón. El reconocimiento de nuestros pecados personales, sin búsqueda de unos “bucos emisarios”, sin huida hacia adelante, nos hace auténticos y veraces<sup>215</sup>. Si Dios no me rechaza por los pecados de los que he sido responsable, ¿me rechazará por una herida de la que he sido víctima? A veces algunas personas, por el perverso proceso de identificación con el ofensor, se culpabilizan falsamente, se consideran pecadores atribuyéndose la responsabilidad de una herida sufrida. Una persona sexualmente agredida se ve ensuciada y indigna de presentarse ante Dios, porque estima que la agresión pasa por su culpa.

El sentirse amado incondicionalmente por lo que uno es, no por lo uno hace o tiene, es liberador e impulsa a un cambio cognitivo y afectivo. Para una persona herida, la experiencia de la sana vergüenza es signo de una sana autocrítica, de renuncia al mecanismo de proyección sobre los demás (la persona ya no acusa a los demás, ni evoca sus heridas para reducir la responsabilidad de lo cometido, aunque estas podrían ser consideradas como situaciones atenuantes), de la ruptura con el proceso de auto-castigo

---

<sup>213</sup> Domínguez Morano, 109.

<sup>214</sup> Melloni, 136.

<sup>215</sup> Cf. Domínguez Morano, 115.

y de autodestrucción. Es también reveladora de la evolución moral del sujeto. Con la gracia de la primera semana se quebrarán las dinámicas mortíferas (desprecio de uno mismo, miedo, etc.) que generan las heridas. Disponerse a recibir esta gracia es desear retornar a la Fuente de vida, restablecer el encuentro vital. Pues, la persona que experimenta la sana vergüenza ya está centrada en ella misma.

### 3.1.2. Examen de los pecados personales

En el primer ejercicio el ejercitante mira el pecado a nivel objetivo y externo, mientras que en el segundo ejercicio está llamado a considerarlo a nivel subjetivo e interno. La lógica interna de este orden es que «la malicia del pecado vista en los demás sirve para ser reconocida en uno mismo»<sup>216</sup>. Sólo cuando se ha captado el sentido «de lo que es en sí mismo como [alejamiento del Principio y Fundamento, y] destrucción de la vida que Dios es y nos comunica, será posible entender lo que significa la propia contribución a esa película del mal en el mundo»<sup>217</sup>. Además este orden revela que el pecado debe ser situado en el contexto de la historia de salvación. El último objetivo de la mirada sobre el pecado es alcanzar el «interno conocimiento de mis pecados y aborrecimiento dellos» (*Ej 63*), o sea, «que lo que antes atraía [...] genera ahora lo contrario; desengaño y desilusión, hastío y desagrado. Se ha tomado conciencia de la trampa, de la falsedad de lo que se prometía y que se ha logrado, por desenmascarar. Eso es aborrecer»<sup>218</sup>.

Para el análisis de los pecados personales san Ignacio da una serie de indicaciones. En el primer punto, lo que está en juego es la comprensión, la detección del proceso de los pecados (*Cf. Ej 56*). Para ello hay que «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 otro; la tercera, el oficio en que he vivido» (*Ej 56*). En efecto, «se trata de escrutar el propio pasado para limpiar la memoria, para sanarla»<sup>219</sup>. Bajo la mirada de Dios, nuestra mirada se dirige al campo de las relaciones humanas donde esencialmente se juega la acción ética y de fe. Llegar a conocer el proceso de sus pecados hace, por una parte, ganar en el autoconocimiento y, por otra parte, permite descubrir la posible vinculación entre unos pecados recurrentes y algunas

---

<sup>216</sup> Melloni, 135.

<sup>217</sup> Domínguez Morano, 114.

<sup>218</sup> Domínguez Morano, 115.

<sup>219</sup> Melloni, 136.

heridas sufridas. En cierta medida las heridas constituyen la tierra fértil para la proliferación de algunos vicios. En el proceso de sanación, este descubrimiento constituirá un paso importante. En este caso, el aborrecimiento de dichos pecados moverá al sujeto hacia una reconfiguración mental.

El segundo punto de la meditación es «ponderar los pecados, mirando la fealdad y la malicia que cada pecado mortal cometido tiene en sí, dado que no fuese vedado» (*Ej 57*). Según el diccionario de Covarrubias, ponderar significa «examinar alguna cosa con mucha diligencia y cuidado»<sup>220</sup>. Esto quiere decir que ponderar sus propios pecados supone tomar distancia de sí mismo y no confundirse con sus maldades. La ponderación permite tomar conciencia de las consecuencias de sus pecados en su relación con Dios, consigo mismo y con los demás. Reconocer y aceptar la fealdad de mis pecados, verme «como una llaga y postema, de donde han salido tantos pecados y tantas maldades y ponzoña tan turpísima» (*Ej 58*) puede mover al ejercitante herido a la humildad y a la tolerancia. Este cambio de mirada sobre sí implica una nueva mirada sobre el otro. La dificultad para sanar algunas heridas reside a veces en la ausencia de estas dos virtudes. El hecho de dejar de crecerse mejor que los demás (yo también peco, a lo mejor de manera diferente), verse capaz de cometer el mal puede facilitar una nueva salida, pues hace «capaz de empatía con otros ofensores, capaz de compasión con otros que también hacen mal»<sup>221</sup>.

### 3.2. Dios misericordioso, refugio contra el pecado

En la dinámica de los Ejercicios las consideraciones del pecado durante la primera semana «están dirigidas a sentir la experiencia de pecador perdonado, como experiencia consoladora y reveladora de Dios»<sup>222</sup>. Al cabo de esta semana aceptarse pecador perdonado es la sana experiencia personal buscada. Se trata de suscitar el encuentro del ejercitante con la Bondad infinita de Dios. El sano reconocimiento de los pecados no es posible más que ante un Dios perdonador quien, lejos de juzgar y condenar, tenga los brazos siempre abiertos para acoger. La plena aceptación de los errores es dolorosa, amenaza la identidad, por lo que requiere un contexto seguro, donde la persona se sienta al abrigo de todo riesgo de aniquilación.

---

<sup>220</sup> Sebastian de Cobarrubias, *Tesoro de la Lengua Castellana o Española*, (Madrid: Turner, 1984), 876.

<sup>221</sup> López-Pérez, “Reconciliados-reconciliadores”, 520.

<sup>222</sup> Guillén y al., 57.

«A lo largo de la primera semana [...] Ignacio va construyendo este contexto de seguridad que permita al ejercitante adentrarse en la aventura de la reconciliación confiado en la misericordia y bondad infinitas de Dios»<sup>223</sup>. En primer lugar, san Ignacio invita el primer coloquio ante Jesús puesto en cruz. La contemplación de Cristo en cruz es contemplación del amor de Dios para los hombres. Las consideraciones sobre el mal desembocan en el conocimiento de lo que Dios es. Además el coloquio ha de hacerse «hablando, así como un amigo habla a otro, [...] cuándo pidiendo alguna gracia, cuándo culpándose por algún mal hecho, cuándo comunicando sus cosas y queriendo consejo en ellas» (*Ej* 54). El pecado, a pesar de su gravedad, no parece ser lo primero, lo esencial de la relación Creador-criatura. En el coloquio no se trata de «un diálogo de amargura (es un amigo) ni una pura descarga de culpa: sino comunicación y consejo, es decir, con resolución y mirando hacia adelante»<sup>224</sup>.

En la construcción del contexto de seguridad, Ignacio invita al ejercitante a una «exclamación admirativa con crecido afecto» (*Ej* 60) ante el firme socorro recibido de Dios. Por medio de todas las criaturas (cielos, luna, sol, estrellas, frutos, aves, peces y animales), los ángeles y los santos, Dios nos ha custodiado para que la fuerza destructora del pecado no acabe con nuestras vidas. Por ello, el ejercitante estalla en agradecimiento en el coloquio de misericordia. El Señor es agradecido «porque me ha dado vida hasta ahora» (*Ej* 61). La misericordia de Dios se asemeja a una nueva creación. «La respuesta de Dios a nuestro extravío del pecado es su per-don, esto es, don en abundancia»<sup>225</sup>.

La experiencia de la misericordia, del amor incondicional del Señor, conduce a la purificación de la imagen de Dios. Ante las amenazas del pecado, Dios aparece como un refugio potente que nos protege y libra de sus garras. Desde ahí, el reconocimiento de su propia pecaminosidad y el paralelo reconocimiento del amor incondicional de Dios podrán desencadenar en una persona herida de nuevos procesos psíquicos.

## Conclusión

En este segundo capítulo, queríamos mostrar que la imagen de Dios que ofrecen los Ejercicios ignacianos puede tener una dimensión sanadora. Desde nuestro enfoque,

---

<sup>223</sup> Prieto Ursúa y García de Castro Valdés, “Psicología de perdón”, 322-323.

<sup>224</sup> Domínguez Morano, 112.

<sup>225</sup> Melloni, 138.

que hace derivar la sanación de las heridas interiores de la experiencia espiritual, es claro que el primer paso a dar para favorecer una reconfiguración psicológica es la conversión de la imagen de Dios distorsionada que tiene el sujeto que sufre un desajuste cognitivo, afectivo y relacional. Para ello, hemos empezado explorando la importancia de la Iluminación del Cardener, experiencia fundante que san Ignacio tuvo en Manresa, que constituye el trasfondo de la imagen de Dios propuesta en los Ejercicios. En la vida, hubo un antes y un después de esta experiencia mística.

En segundo lugar, hemos puesto de relieve las condiciones interiores y exteriores que el ejercitante debe observar a fin de experimentar un encuentro con Dios. De ellas, el fundamental es que él se deje abrazar por Dios. Por último, para mostrar que la imagen de Dios en los Ejercicios posibilitará en la persona herida nuevos procesos psíquicos, hemos recurrido a la teoría del apego. A la luz de esta teoría, el Dios al que san Ignacio expone el ejercitante tiene las dos funciones básicas de una figura de apego. En el Principio y Fundamento se contempla un Dios creador, bondadoso, y cercano. En la primera semana, Dios se revela un refugio contra el pecado y firme sostén. Así el Dios de los Ejercicios puede inducir en una persona herida nuevas relaciones seguras con uno mismo, con el mundo y los demás.

El hecho de sentir entre las manos de Dios, aceptado y sostenido por él, pone en marcha en la persona que ha experimentado dicha gracia nuevos procesos psíquicos. Por esto, «más relevante que el camino negativo de la ascesis y de las renunciaciones sin término (sin negar con esto la importancia del trabajo personal), es la opción positiva por un amor más poderoso y mejor, que es el amor de Dios»<sup>226</sup>. Sentirse aceptado y amado por lo que es mayor constituye una referencia firme para una verdadera educación afectiva y cognitiva. Pero ¿cómo han de ser modeladas estas relaciones?

---

<sup>226</sup> Marcos, 203.



### CAPÍTULO 3: LA RECONFIGURACIÓN DE LA IDENTIDAD PSICOSOCIAL DESDE EL SEGUIMIENTO DE JESÚS

La relación amorosa con Dios, ideal figura de apego, «se convierte en una fuente permanente de confianza, de apertura y aceptación del otro, de disposición amorosa y acogida de la diferencia, de actitud de comprensión y perdón, de esfuerzo por crear lazos, de tarea reconciliadora y pacificadora en los inevitables conflictos»<sup>227</sup>. Una persona que se ha sentido sostenida e incondicionalmente amada por Dios, se verá entonces dinamizada por una visión de Dios como fuente de vida, de amor y generadora. El sano encuentro con Dios desencadena en ella un «dinamismo unitivo, pacificador, acogedor frente a todos y frente a todo»<sup>228</sup>. En adelante un tal sujeto se acercará y querrá relacionarse con toda la realidad desde el amor.

Sin embargo, para evitar que dicha imagen de Dios no sea solamente una bella idea, pero que no tenga repercusiones en las conductas diarias, san Ignacio, en el proceso de los Ejercicios, nos lleva al Jesús, el Verbo encarnado, deshaciendo así, por una parte, el riesgo de caer nuevamente en el narcisismo o voluntarismo y, por otra parte, el de una religiosidad de carácter imaginario. En efecto, si la representación de Dios está configurada como Padre Creador y Perdonador, Consuelo y Refugio, la dimensión salvífica e histórica de la misma se contempla en la vida de Jesús terreno. Por tanto, es la figura de Jesús la que ha de polarizar las estructuras psicoafectiva y psicosocial más hondas del ejercitante. La vida de Jesús constituye la referencia para la reconfiguración de la nueva identidad del sujeto existencialmente herido. El Yo deseoso abrazar el ideal de Jesús se pondrá en pos de él. Así pensará, actuará, reaccionará, amará desde su dinamismo de seguimiento. De este modo, el individuo intenta rehacer su historia desde los valores y opciones que Jesús propone.

Como hemos dejado apuntado arriba, un elemento esencial que san Ignacio busca promover y facilitar en la dinámica de sus Ejercicios es la identificación del que los recibe con la persona de Jesús. Hay un proceso de cristificación del ejercitante que, respecto a nuestra problemática puede inducir nuevos procesos psíquicos.

En este capítulo pondremos de manifiesto los recursos que san Ignacio propone en sus Ejercicios para favorecer la identificación del ejercitante con Cristo. Para ello nos

---

<sup>227</sup> Domínguez Morano, 22.

<sup>228</sup> Domínguez Morano, 23.

detendremos en algunos ejercicios claves de la segunda semana; en la actitud perdonadora y pacífica de Jesús en su pasión; y por último, en la esperanza que nos trae el resucitado. Pero, antes de este recorrido, destacaremos unos recursos del psiquismo humano con los que podrá contar la propuesta ignaciana de la identificación con Cristo. Estos recursos nos servirán de base para dar cuenta del proceso sanador, de la reconfiguración de las capacidades afectiva, cognitiva y relacional que pueden poner en marcha los Ejercicios ignacianos.

## I. Algunos recursos psíquicos configuradores de la identidad

En la estructura psíquica del ser humano se distinguen tres niveles de vida psíquica: «un primer nivel psico-fisiológico en respuesta a las necesidades del organismo; un segundo nivel psicosocial, como persona en relación con otras y como ser social; y un tercer nivel racional-espiritual que responde a su necesidad de buscar la verdad y la naturaleza de las cosas, usando su capacidad de abstraer»<sup>229</sup>. En cada acto psíquico están involucrados e integrados los tres, o por lo menos, uno o dos de ellos. Jerárquicamente parece sumamente deseable que la razón y las realidades espirituales tengan el primado y sean la guía del proceso vital del hombre, pero funcionalmente el nivel racional-espiritual puede estar sujeto al condicionamiento de los otros dos niveles<sup>230</sup>.

En el marco de los Ejercicios, si el que los recibe vive o desea vivir de modo integrado, «tenderá a unificar todos sus comportamientos posteriores a la experiencia de Ejercicios conforme y en referencia a la experiencia espiritual vivida, desde lo más básico (como comida, casa, presupuesto personal) hasta su profesión, [relaciones] y elección de estado de vida; de tal modo que en todo (*Ej* 233) sirva a Dios con su nueva identidad de criatura salvada y agradecida»<sup>231</sup>. La experiencia espiritual se convierte así en la clave de unificación de su ser, y en el lugar desde donde se relacionará con los demás y con el mundo. Es el nuevo vector recto de la vida del ejercitante.

Al tercer nivel pertenecerían, entre otras, las facultades de asentir a un Mensaje de un modelo, y de identificarse con los valores que propone. Estas facultades

---

<sup>229</sup> Luis María García Domínguez, *Las afecciones desordenadas. Influjo del subconsciente en la vida espiritual*, (Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae - UPComillas, 2015), 58-59.

<sup>230</sup> Cf. García Domínguez, 60.

<sup>231</sup> García Domínguez, 61.

constituyen, sin minusvalorar la acción de la gracia divina, los pilares que sustentan la experiencia de encuentro y de adhesión a Jesucristo.

## 1. Recurso psíquico del asentimiento

El carácter inteligible y sensato del Mensaje de Jesús induce de algún modo, en sus oyentes un asentimiento o un rechazo. El proyecto salvífico de Dios tiene un sentido que la racionalidad humana puede percibir, a fin de adherir y comprometerse con él. A partir de su libertad y otros estratos de la psicología humana, el hombre puede acoger o rechazar la propuesta de Jesús. En efecto, «más allá de [una mera] adhesión intelectual, en la aceptación de las verdades el [asentimiento] de fe inaugura una relación de confianza que se asienta en el amor y se abre a una esperanza»<sup>232</sup>. El asentimiento hunde sus raíces en los diferentes estratos de la psicología humana y establece una profunda relación entre Jesús y el sujeto que acepta obrar con él. El recurso psíquico del asentimiento capacita al sujeto para «responder al misterio de una nueva e insondable Presencia»<sup>233</sup>. Por su sano uso, el hombre mantiene de manera coherente y estable su apertura a la alteridad y a la trascendencia; asume un proyecto en el que pone al día los tres niveles de vida psíquica.

## 2. Recurso psíquico de la identificación

La identificación es un concepto psicoanalítico. El diccionario de psicoanálisis la define como un «proceso psicológico mediante el cual un sujeto asimila un aspecto, una propiedad, un atributo de otro y se transforma, total o parcialmente, sobre el modelo de éste»<sup>234</sup>. En su empleo corriente el término de identificación reúne una serie de conceptos psicológicos tales como imitación, empatía, simpatía, proyección, etc.<sup>235</sup> La identificación es una operación mental en virtud de la cual se constituye el sujeto humano. Es un mecanismo psíquico fundamental en la configuración de lo que somos.

De hecho, el ser humano se diferencia, elabora su singular e irrepetible personalidad «mediante una serie de identificaciones, en unos procesos que implican los niveles más profundos de la afectividad, gracias a los cuales nace, se estructura y

---

<sup>232</sup> José Antonio García-Monge, *Una unificación personal y experiencia cristiana*, (Santander: Sal Terrae, 2001), 27-28.

<sup>233</sup> García-Monge, 28.

<sup>234</sup> Jean Laplanche, Jean-Bertrand Pontalis y Daniel Lagache, *Diccionario de psicoanálisis*, (dir.) Daniel Lagache, (Barcelona: Paidós, 1996), 184.

<sup>235</sup> Cf. Laplanche, 185.

configura el propio Yo»<sup>236</sup>. De este modo, «el sujeto humano se va construyendo a sí mismo y va configurándose en su identidad a través de las diversas opciones que va llevando a cabo a lo largo de su existencia»<sup>237</sup>. Si la «unidad diferenciada que es la persona humana es [...] una unidad dinámica, una unidad que es a la vez somática, relacional y racional-espiritual»<sup>238</sup>, podemos pensar con cierta seguridad que «en la identificación, un Yo se convierte en otro Yo y pasa a sentir y a comportarse del mismo modo que el segundo»<sup>239</sup>.

El carácter dinámico del Yo hace que el ser humano sea capaz de movilizar cada vez nuevas energías psíquicas para rehacerse, transitar de un estado a otro en la proyección de su deseo. En el proceso de construcción de una sana identidad, se identifica el paso de la “identificación imaginativa” a la “identificación simbólica”. La primera es más primitiva, y lleva a la elaboración de un “Yo Ideal”, mientras que de la segunda resulta la construcción de un “Ideal del Yo”<sup>240</sup>.

El “Yo Ideal”<sup>241</sup> se edifica a partir de un «ideal de omnipotencia narcisista forjado sobre el modelo del narcisismo infantil»<sup>242</sup>. Es un proceso en el que el sujeto tiende, de un modo casi fusional, a identificarse con otro considerado con una grandeza ilimitada. En la identificación imaginaria, el sujeto «queda atrapado en un juego de espejos donde falta toda referencia [auténtica] al exterior, viniendo a quedar sumergido en una ilusoria omnipotencia narcisista»<sup>243</sup>. En el “Yo Ideal” el sujeto engrandece su

<sup>236</sup> C. Domínguez Morano, “‘Quien quisiere venir conmigo...’ (EE 95, 1º). La configuración psicosocial de la identidad”, *Manresa* 314 (2008), 34.

<sup>237</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 41.

<sup>238</sup> García Domínguez, 61.

<sup>239</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 34.

<sup>240</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 34.

<sup>241</sup> Aquí el uso que hacemos de las terminologías «Yo ideal/Ideal del yo» es de base psicoanalítica, por tener una connotación primordialmente narcisista. Sin embargo, conviene indicar que hay otras concepciones de estos conceptos, como la de E. T. Higgins y su teoría de la auto-discrepancia, y la de Luigi M<sup>a</sup> Rulla. Los utilizan en otro sentido que no se distancia del modelo psicoanalítico. Inspirándose en Bernard J. F. Lonergan, L. M. Rulla entiende el “yo ideal” como “el yo en cuanto trascendente”, y el “yo actual” como “el yo en cuanto trascendido”. Así, en el hombre se distingue dos estructuras de su personalidad, de su yo. El “yo actual” refiere a la primera estructura, «a la organización de las fuerzas motivacionales interdependientes entre sí, la cual, de hecho, crece o resiste a crecer consciente o inconscientemente, hacia la autotrascendencia». Mientras que el “yo ideal” es la «segunda estructura u organización motivacional que “querría” crecer siempre más en sus ideales de autotrascendencia». En la concepción de Rulla, los ideales según los cuales la persona “querría” siempre crecer son los ideales de los valores naturales o de los valores de autotrascendentes, no proceden del propio Yo. No es un ideal narcisista primitivo, sino un ideal progresivo aunque sea inalcanzable. Es un yo capaz de incorporar en su ideal los valores evangélicos. Este modelo permite una visión no narcisista del yo ideal, puesto que sus contenidos pueden ser los propios de los valores. [Cf. Luigi M<sup>a</sup> Rulla, *Antropología de la vocación cristiana. I. Bases interdisciplinarias*, (Madrid: Atenas, 1990), pp. 143-144, 154-157].

<sup>242</sup> Laplanche, 471.

<sup>243</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 38.

propio Yo, se idealiza mediante la imagen del otro que hace suya. En realidad es el sujeto que elabora su propio ideal e intenta alcanzarlo por sus esfuerzos personales, el Yo se constituye en su propia referencia. El Yo es cerrado en un individualismo disfrazado, pues se presenta bajo la forma de la imitación de un personaje heroico. Es el Yo que proyecta su ideal personal en el otro.

Frente a este dinamismo identificatorio autorreferencial, hay el dinamismo más evolucionado que favorece la elaboración del “Ideal del Yo”. En el lenguaje del padre del psicoanálisis el “Ideal del Yo” designa «la instancia de la personalidad que resulta de la convergencia del narcisismo (idealización del Yo) y de las identificaciones con los [otros: padres, sus substitutos, ideales colectivos, Jesús]»<sup>244</sup>. Aquí el sujeto se refiere a un ideal que ya no es el mismo Yo, sino a algo que a éste le sobrepasa. El “Ideal del Yo” expresa algo activo que sucede en el hombre. «El sujeto es capaz de transitar hacia una superación de ese narcisismo infantil por la implicación con uno valores que exceden al propio Yo»<sup>245</sup>. El Yo se abre y adhiere a un ideal del cual él no el iniciador. Sus intereses personales están supeditados a un proyecto colectivo. En efecto, «a la diferencia de lo que ocurre con el “Yo Ideal”, en el “Ideal del Yo” el sujeto no se constituye ya como algo omnipotente, único y total, sino que se refiere a algo externo a él, a lo que, por lo demás, trata de acomodarse y conformarse»<sup>246</sup>.

El “Ideal del Yo” es un modelo interno que permite al individuo ajustarse a lo largo de toda la vida. Este modelo interno constituye el cimiento de todo proceso de constitución de la identidad personal. Dicha identidad se va configurando y elaborando mediante diversas identificaciones con diferentes referencias (familia, maestros, amigos, compañeros admirados, héroes de ficción o personajes históricos). En este sentido, la identidad es un «dinamismo siempre vivo y activo, una especie de campo de fuerzas, de luchas, a veces de conflictos, en los que se trenzando el carácter con la disciplina, un proceso vivo, pues, que no se ve nunca concluido sino con la propia muerte»<sup>247</sup>.

La identidad no se construye por ella sola, tampoco se elabora de un día para otro. Su instalación necesita la participación y la asimilación por parte del sujeto de los estímulos que le llegan. Para ello, cuenta el factor esencial de las decisiones personales por medio de las cuales el sujeto irá «dando forma y estilo, “estilo personal”, a este

---

<sup>244</sup> Laplanche, 180.

<sup>245</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 38.

<sup>246</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 35.

<sup>247</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 36.

material que la vida ha ido configurando en cada uno»<sup>248</sup>. Entonces, para la construcción de la identidad los recursos psíquicos del asentimiento y de la identificación son complementarios. En el proceso de elaboración de “Yo quiero ser como...”, se articulan el querer, el decidir, el discernir, lo cultural y lo religioso. Los frutos de las experiencias vividas a nivel de los tres niveles de vida psíquica dejan en nuestro interior elementos que participen de la construcción de la identidad personal. Desde este punto de vista, hay en la identidad una parte que habla de nuestra mismidad (singularidad), y otra que refiere a nuestras figuras modélicas.

### 3. Valores y actitudes

En los procesos conscientes llevando al asentimiento y la identificación intervienen criterios y referencias racionales, utilizados por las funciones superiores de inteligencia y juicio<sup>249</sup>. Desde la racionalidad proveniente de sus facultades intelectual y espiritual, el sujeto es capaz de reconocer los valores, lo bueno, lo verdadero, lo bello y de adherir a ellos. Y su mundo axiológico lo lleva a desarrollar nuevas actitudes y conductas. La adhesión a lo que importa, que suscita estima, admiración, interés, consideración debe traducirse en actos concretos. Sirve de luz en el camino de la vida

Los valores son «ideales duraderos y abstractos de una persona acerca de los modos ideales de conducta o del estado ideal final de la existencia»<sup>250</sup>. Estos ideales se definen desde «aquella cualidad intrínseca al objeto [a una persona] que suscita mi admiración, estima, respecto, afecto, búsqueda y complacencia»<sup>251</sup>. Sin embargo, todos los valores no se equivalen, por consiguiente existe una jerarquía de valores que puede ser subjetiva u objetiva. En nuestra jerarquía de valores objetiva, los valores autotranscendentes, religiosos, teocéntricos y morales ocupan el primer lugar, porque, por una parte, estos comprometen a toda la persona cuando se ponen en práctica, por otra parte, están en acuerdo con la antropología ignaciana ya presentada que hace del hombre un ser creado por y para Dios. En caso de conflicto son estos valores los que han de regir las decisiones.

---

<sup>248</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 36.

<sup>249</sup> Cf. García Domínguez, 62.

<sup>250</sup> Luigi María Rulla, *Psicología profunda*, I, 55. Citado por Luis María García Domínguez en *Las afecciones desordenadas. Influjo del subconsciente en la vida espiritual*, 62.

<sup>251</sup> P. Valori, “Valor moral”, en *Nuevo diccionario de Teología Moral*, (dir.) F. Compagnoni, S. Privitera, (Madrid: Paulinas, 1992), 1828.

Los valores que cada uno ha sentido como significativos para él «se concretan existencialmente en lo que se han llamado actitudes, término de la psicología social»<sup>252</sup>. En este sentido, la actitud aparece como la concreción de la opción fundamental de vida. También, por actitud, «se entiende la disposición fundamental de lo que más íntimo y personal posee el hombre: de su voluntad o, en términos bíblicos, de su corazón»<sup>253</sup>. La actitud tiene un componente cognoscitivo, y otro afectivo-conativo; predispone a la persona para una determinada respuesta.

De lo que hemos dicho hasta aquí se sigue que el hombre, usando los recursos psíquicos del asentimiento y de la identificación, puede elegir nuevos ideales (valores) y traducirlos en conductas concretas. El uso de estos recursos favorece el desarrollo de nuevas actitudes. Para una persona herida, la elección de nuevos ideales que potencien su voluntad debilitada, lo hagan más libre en el camino hacia su fin, cambien su modo de relacionarse podría ser sanadora, porque provoca en ella la puesta en marcha de nuevos procesos psíquicos. Al favorecer el desarrollo de nuevas actitudes y nuevos dinamismos los procesos de identificación aparecen sanadores y configuradores.

Para alcanzar su objetivo de la identificación con Cristo, ¿los Ejercicios ignacianos cuentan con estos recursos del psiquismo humano? ¿Cuál es el modo propio ignaciano de movilizar estos recursos a fin de impulsar el proceso de identificación? ¿Este modo específico podría ser sanador, o sea provocar la elaboración de una sana identidad?

## II. El seguimiento de Cristo, anclaje para la nueva identidad

Jesús fue el que nos ha revelado el amor del Padre, fue el único que ha vivido, a pesar de todas las vicisitudes de su vida, de modo infalible desde este amor. Nada, nadie lo desvió de tu trayectoria vital; él vivió en acuerdo con el “para” de su vida terrena. Siempre se sintió amado y sostenido por Dios. En su peregrinación por la tierra, tuvo en todo momento, en todo lugar y en toda circunstancia la clarividente conciencia y firme convicción de estar siempre entre las manos del Padre.

---

<sup>252</sup> García Domínguez, 63.

<sup>253</sup> S. Privitera, “Ética normativa”, en *Nuevo diccionario de Teología Moral*, dir. F. Compagnoni, S. Privitera, (Madrid: Paulinas, 1992), 707.

Si Jesús es la dimensión histórica del Dios Creador y Perdonador, nueva figura de apego segura del ejercitante, se sigue que él debe vivir su relación con Dios eligiendo el estilo de vida de Jesús e imitando su camino. En consecuencia, el que recibe los Ejercicios debe perseguir su proceso de ordenación del hombre interior y sus relaciones interpersonales desde la configuración con Jesús histórico. Para alcanzar este objetivo, san Ignacio propone para la segunda semana de los Ejercicios una gracia a pedir y la contemplación de los misterios de la vida de Cristo. A continuación nos fijaremos en la petición de gracia y en algunas de las contemplaciones propuestas.

## 1. Petición de gracia

En la segunda semana de los Ejercicios el ejercitante entra en una relación humilde con el Señor. Para que esta relación transforme el Yo del sujeto, lo cambie en algo y lo haga pasar a una nueva confianza, el ejercitante debe pedir y disponerse a recibir la siguiente gracia: “conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga” (*Ej* 104). En esta petición que estará presente a lo largo de toda la segunda semana en todas las contemplaciones, con sus repeticiones y aplicaciones de sentidos, «Ignacio formula el objetivo específico de la Segunda Semana y el fruto genérico de todo lo que resta de la experiencia como la transformación de la capacidad apetencial, “del deseo de amar y de ser amado”, en un conocimiento interpersonal del misterio [del Señor] que desemboque primero en la vida de comunión, y después en la participación plena en el destino de la persona del Señor»<sup>254</sup>.

Para entrar en la inteligencia de la gracia a fin de desearla y dejarse tocar por Cristo, fijémonos en los verbos específicos que aparecen en su formulación: conocer, amar y seguir.

### 1.1. Conocer

El verbo “conocer” y el sustantivo “conocimiento” aparecen treinta y dos veces en los Ejercicios; el binomio “conocimiento interno” aparece dos veces<sup>255</sup>. Según el diccionario de Cobarruvias, conocer significa «tener noticia de alguna cosa», y el conocimiento refiere a la «amistad, familiaridad»<sup>256</sup>. San Ignacio utiliza el verbo conocer en un sentido peculiar. Equivale a sentir y gustar internamente las cosas. No se

---

<sup>254</sup> Arzubialde, 279.

<sup>255</sup> Cf. Echarte, 217, 219.

<sup>256</sup> Cobarruvias, 349.

trata de un mero saber, ni de un «conocimiento que se queda en el nivel de los conceptos, sino que penetra el “centro” sensible de la persona»<sup>257</sup>. Ignacio mismo contrapone al “saber mucho” el “sentir y gustar”: «no el mucho saber harta y satisface al ánimo, mas el sentir y gustar de las cosas internamente» (*Ej 2*). Para san Ignacio la culminación del conocimiento del Señor que se demanda reside en la incorporación de la sensibilidad. En efecto, «san Ignacio sabe la estabilidad de nuestros comportamientos en la vida depende de la estructuración de nuestra sensibilidad»<sup>258</sup>. Solo el conocimiento que afecta la sensibilidad puede provocar el cambio de la orientación de la vida.

También el conocimiento del Señor que se pide es interno, es decir «debe tener que ver con la propia realidad del ejercitante, no es “saber” cosas sobre el Señor, sino de un Señor que por mí se ha hecho hombre»<sup>259</sup>. Este conocimiento del Dios encarnado, lejos de instalar el ejercitante en una postura extática, le abre más a una dinámica más que a un logro inmediato. Esa dinámica consiste en amarle y a seguirle más al Señor. El “más” indica que lo que se pretende es situar la vida del ejercitante en un horizonte marcado por el dinamismo que abre a un amor cada vez mayor. Esto significa que el conocimiento interno del Señor se expresa en una praxis dinamizadora. El conocimiento interno de Cristo lleva a dejarle que «imprima fuertemente su sello en mi vida para que ella sea a imitación de la suya»<sup>260</sup>.

Por otro lado, la fórmula “conocimiento interno” aparece siempre en un contexto de petición (*Ej 63, 104 y 233*). «Su aparición en una petición quiere decir que la persona está convencida que dicho conocimiento ni lo tiene ni puede alcanzarlo con el propio esfuerzo, ha de ser un don. No es asunto de voluntarismos ni estrategias personales»<sup>261</sup>.

## 1.2. Amar

El verbo amar aparece 15 veces en los Ejercicios<sup>262</sup>. Derivado de la etimología latina *amare* el verbo “amar” significa «querer o apetecer alguna cosa. [Y] amor es el acto de amar lo primero y principal sea amar a Dios sobre todas las cosas»<sup>263</sup>. En la formulación de la gracia ignaciana de la segunda semana, el verbo amar «remite más

<sup>257</sup> J. M<sup>a</sup>. Castillo, “Seguimiento de Cristo”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1622.

<sup>258</sup> A. M<sup>a</sup>. Chércoles, “Conocimiento interno”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 402.

<sup>259</sup> Chércoles, “Conocimiento”, 402.

<sup>260</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 402.

<sup>261</sup> Chércoles, “Conocimiento”, 400.

<sup>262</sup> Cf. Echarte, 37.

<sup>263</sup> Cobarruvias, 109.

bien al motor que haga posible [la marcha en pos de Jesús y la identificación a él]»<sup>264</sup>. Es la fuerza que lleva adelante el ejercitante en su proceso vital. Con respecto a Jesús que se vuelve el principal objeto del querer, el verbo amar, en el entendimiento ignaciano, describirá la comunión de libertades y de voluntades. Es el ritmo del amor que intensifica el deseo de conformidad con Cristo. Para san Ignacio el amor no se limita a los afectos.

### 1.3. Seguir

En cuanto al verbo seguir, aparece 32 veces en los Ejercicios<sup>265</sup>. De modo general, seguir es «ir tras otro, o en orden tras otra cosa»<sup>266</sup>. En la espiritualidad ignaciana, el verbo seguir es uno de los términos clave y, expresa «la relación específica y la actitud determinante que el ser humano ha de tener en su relación con Jesucristo y, en general, la única postura admisible ante la vida y en los asuntos verdaderamente serios que todos tenemos que afrontar»<sup>267</sup>. Desde este enfoque, el seguimiento es un programa que abarca la vida entera de la persona fiel a Jesús. El seguimiento es, entonces mucho más que un asunto espiritual o religioso. En la gracia de la segunda semana, lo que está en juego es una relación personal con Cristo. Pero, para evitarla relación con Jesús no se viva de manera subjetiva o de modo etéreo, san Ignacio liga también el seguimiento con la adhesión a su proyecto. Visto así, el seguimiento «“es una forma de interpretar la vida”, [...] “una forma de vivir”»<sup>268</sup>.

El verbo “seguir” se caracterizaría por una relación a la historia. En el proceso de los Ejercicios ignacianos, Jesús, «el que me invita a seguirle es quien abre delante de Sí, y por tanto también delante de mí, un espacio en el cual poco a poco se inscriba Su historia y en el cual se pueda inscribir la mía; un espacio, pues, en el cual El me invita a caminar tras El para que Su historia afecte mi historia, que se haga mi historia, y que descubra yo así a qué tipo de historia estoy llamado»<sup>269</sup>. Por lo tanto, el deseo del ejercitante de seguir a Jesús genera en él una nueva confianza para con Dios, pues se fía progresivamente de quien camina ante él, si bien no conoce el camino ni el destino. Pues Cristo que va siempre delante conoce lo que es bueno para mí.

---

<sup>264</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 402.

<sup>265</sup> Cf. Echarte, 1151.

<sup>266</sup> Cobarruvias, 932.

<sup>267</sup> Castillo, “Seguimiento”, 1620.

<sup>268</sup> Castillo, “Seguimiento”, 1621.

<sup>269</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 401-402.

En efecto, el seguimiento no viene siempre precedido del conocimiento interno de Jesús, como lo puede dejar creer la formulación de la gracia de la segunda semana. En ella, los tres verbos empleados parecen describir un itinerario lineal y progresivo que se presentaría de modo siguiente: conocer al Señor, amarle y luego seguirle. Sin embargo, la realidad histórica del seguimiento indicaría una relación circular entre los tres verbos. El seguimiento de Jesús favorece que el creyente crezca en el conocimiento y amor del Señor, y viceversa, es decir, el conocimiento del Señor lleva a su mejor seguimiento. El seguimiento presupone una experiencia interior muy fuerte, y viceversa.

A la luz de esta historia, la gracia de la segunda semana debe ser interpretada de otra manera. Los discípulos «se pusieron a seguir a Jesús, prácticamente no le conocían o sabían muy poco de él»<sup>270</sup>. Lo primero que hicieron fue ponerse a seguirse al Señor. Y en la praxis del seguimiento que fueron conociéndole más y amándolo. Luego como fruto del seguimiento crecieron en el conocimiento de Jesús y de su proyecto. El seguimiento parece una condición insustituible del profundo conocimiento de Jesús. Por eso, que san Ignacio habla de un conocimiento interno, o sea, «una “experiencia” de vida compartida con el Señor»<sup>271</sup>.

#### **1.4. Gracia de la segunda semana, fuente de un nuevo impulso**

De lo dicho arriba, nos parece que el nuevo dinamismo vital al cual abrirá la gracia de la segunda semana, que se pide en todas las contemplaciones, puede ser sanadora, pues es susceptible de reorientar las facultades volitiva, cognitiva y afectiva de un sujeto herido. Dado que el seguimiento presupone la confianza, la obtención de la gracia de la segunda semana puede ayudar a uno a salir poco a poco de la desconfianza, y a aprender de nuevo a confiar. La naturaleza misma del conocimiento interno exige cambios.

La pertenencia a la amistad de Jesús «modifica las apetencias de felicidad, el impulso innato del deseo, otorgándoles la plenitud que proviene de Dios, porque unifica al hombre integrándolo en el consuelo de la verdadera alegría, concedida “de lo alto”»<sup>272</sup>. Del mismo modo, la dinámica que suscita el conocimiento interno de Cristo es este “más le ame”. Ahora bien, no hay ninguna vivencia humana más dinámica y dinamizadora que el amor. Un amor no abierto al “más” está muerto. Por el don de la

---

<sup>270</sup> Castillo, “Seguimiento”, 1622.

<sup>271</sup> Castillo, “Seguimiento”, 1622.

<sup>272</sup> Arzubialde, 289.

gracia de la segunda semana, el sujeto puede volver a vivir desde el verdadero amor que hasta ahora estaba bloqueado, estancado por la herida o convertido en odio. Es verdad que los vínculos amorosos pueden transformar de modo sustancial a las personas.

Pero ¿cómo san Ignacio pretende introducir el ejercitante en un proceso de íntimo seguimiento de Jesús, de familiarización e identificación con él, de lo cual derivará una reconfiguración de la identidad psicosocial?

## **2. Llamamiento del Rey eterno: el más allá del propio yo**

La segunda semana se abre con el así llamado ejercicio de “el llamamiento del rey temporal ayuda a contemplar a vida del Rey eterno” (*Ej* 91). Por este pórtico, aparece inmediatamente obvio que lo que se pretende es disponer al ejercitante a entrar en una relación interpersonal con Jesús, su Señor.

### **2.1. El ideal movilizador del Rey eterno**

En este ejercicio, el ejercitante se encuentra frente a una llamada de un Rey eterno, y todo apunta a motivar una respuesta de este último a «elegir el estilo de vida de Cristo [el Rey], imitando su camino con generosidad y con una actitud de desposesión para confiar plenamente en el Padre»<sup>273</sup>. A lo largo de la segunda semana, las diversas contemplaciones de los misterios de Jesús que vendrán a continuación irán haciendo “carne” en el sujeto que recibe los Ejercicios el estilo de Jesús, así favorecerán la identificación con Jesús y transformarán progresivamente la sensibilidad profunda del sujeto<sup>274</sup>.

En el “llamamiento del rey eterno”, lo que Jesús dirige a todos y a cada uno de modo singular es esencialmente una llamada. El rey que llama es el «eterno Señor de todas las cosas» (*Ej* 98). Es un rey cuyo poder es eterno y salvífico, es exento de los condicionamientos espacial y temporal, sin que esto anule su implicación en la historia. El que llama es igualmente trascendente e inmanente. El ejercitante está invitado a «ver a Cristo nuestro Señor, rey eterno, y delante dél todo el mundo, al cual y a cada uno en particular llama» (*Ej* 95). La llamada del Rey es dirigida a todos sin alguna discriminación de lugares y de personas. Confiado en todos y contando con la libertad del hombre a obrar para el bien, el rey conquistador del universo entero habla al corazón

---

<sup>273</sup> Mardones, “Los Ejercicios Espirituales”, 584.

<sup>274</sup> Cf. Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 37.

de cada uno. El rey quiere involucrar a todos a su proyecto de envergadura universal. No es un rey excluyente. Todos valen para participar en él, y cada uno desde una tarea específica. «Sólo Cristo es capaz de llamar a todos y, al mismo tiempo, hacer que cada uno se sienta llamado personalmente»<sup>275</sup>. Por medio de Cristo, Dios nos hace llegar la invitación de ocuparnos activa y totalmente en el esfuerzo salvador del mundo<sup>276</sup>.

Lo que le propone Jesús, el Señor del universo que llama, al ejercitante que arranca la segunda semana de los Ejercicios, es un compartir la vida y un participar en su proyecto de la salvación universal. En efecto así articula su discurso: «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» (*Ej* 95). Con la expresión “conmigo” se ve que «Cristo nos invita a estar con Él, a ir con Él, a trabajar con Él, a seguirle, y de este modo a saborear la victoria con Él»<sup>277</sup>.

La misión a la que llama el Señor se lleva a cabo siguiéndole y compartiendo su vida. Tal es su estrategia para realizar su obra de conquista del universo. La llama y el seguimiento que implica tienen un carácter activo<sup>278</sup>. El rey eterno comparte con sus llamados sus momentos de gloria y de pena; les introduce en todos los momentos de su vida histórica. Así, el sujeto vive en un espacio y tiempo estructurado según el mismo ritmo de Jesús y sus valores. El que «no sea sordo a su llamada, mas presto y diligente para cumplir su santísima voluntad» (*Ej* 91) aprenderá de él su modo de vivir la gloria y de afrontar los momentos penosos. El rey que llama no es un vendedor de la ilusión de una vida fácil y exenta de todo malestar. En cambio, es un rey realista, y no busca engañar por falsas promesas tales como una vida desprovista de toda pena, de todo sufrimiento, etc. Llama para compartir su pena y su gloria. Para la organización de nuestra propia vida la vida del Rey eterno se convierte en el modelo, en el ideal a imitar, en el proceso vital paradigmático.

Mediante la formulación de un tal proyecto, Ignacio busca mover el deseo y la generosidad del ejercitante para que se comprometa con el Rey eterno. Ignacio se vale de estas palabras regias para movilizar los ideales y la afectividad del ejercitante. Está claro que a través este ejercicio se pretende «[apelar] a la grandeza de ánimo del

---

<sup>275</sup> Melloni, 162.

<sup>276</sup> Cf. D. L. Fleming, “Reino”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1564.

<sup>277</sup> Fleming, “Reino”, 1564.

<sup>278</sup> Melloni, 161.

ejercitante, a la nobleza que el ser humano lleva dentro»<sup>279</sup>. La palabra movilizadora del Señor se dirige a la capacidad del sujeto de comprometerse, de salir de sí, descubriendo en sí energías para responder generosamente su invitación. Es un Rey que no obliga, sino que propone, ofrece un nuevo horizonte de vida y espera una respuesta. Como el sembrador, el Señor que llama tiene la esperanza de que la semilla de su invitación caiga en una tierra fértil y lleve frutos.

## 2.2. La respuesta de compromiso del ejercitante y sus implicaciones

Ante el discurso programático del Rey eterno, el ejercitante se encuentra estimulado en todo lo que constituye la realidad más concreta de su vida y subjetividad. El sujeto se encuentra provocado a nivel de su libertad y determinación. La misión a la que llama el Rey eterno no se lleva a cabo de cualquier modo, sino siguiéndole en su pena y gloria, y compartiendo su día a día. Entonces, el proceso de identificación personal que se busca en los Ejercicios no se concreta por una mera elaboración y adhesión cognitiva; esto se llevará a cabo por el dinamismo de amor, la comunión de vida (comunión entre el Rey y sus llamados, entre los llamados y, entre el Rey y cada llamado) que suscita el seguimiento<sup>280</sup>.

Por el contenido del proyecto del Rey del universo se busca una movilización de toda la persona del ejercitante. En efecto, san Ignacio mismo distingue cuidadosamente «los que tuvieren juicio y razón [quienes] ofrecerán todas sus personas al trabajo [del Rey]» (*Ej 96*) y «los que más se querrán afectar y señalar [quienes] no solamente ofrecerán sus personas al trabaja, mas aun haciendo contra su propia sensualidad y contra su amor carnal y mundano, harán oblaciones de mayor estima y mayor momento]» (*Ej 97*). De este modo Ignacio evita anclar el seguimiento de Jesús en una mera adhesión racional a su Mensaje, tampoco quiere provocar en el ejercitante una mera vinculación afectiva e íntima con Cristo.

En la adhesión a Jesús se trata de una vinculación que «desencadene una dinámica operativa de seguimiento en un proyecto histórico, en una misión concreta de lucha por la instauración del Reino de Dios, [por la restauración de las relaciones de amor, justicia, verdad y paz] que el ejercitante ha de concretar en el momento central de la elección o de la reforma de vida»<sup>281</sup>. Entonces, no se trata del seguimiento

---

<sup>279</sup> Mardones, “Los Ejercicios Espirituales”, 584.

<sup>280</sup> Cf. Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 37.

<sup>281</sup> Domínguez Morano, “Quien quisiere”, 37.

individualizado de un Jesús mítico en la búsqueda de una salvación personal. Esta forma de seguimiento impediría el descentramiento, paso fundamental para el desarrollo espiritual y humano.

Con las oblaciones de mayor estima y mayor momento, pasamos «del plano de la justicia [de la mera acción], al afectivo-emocional del amor. En él los trabajos por el Reino son la manifestación objetiva de la adhesión de la fe que se consuma en la amistad»<sup>282</sup>. En la oblación de mayor estima, el ejercitante va más allá de lo puramente razonable, pero no renuncia a él. Así, la verdadera identificación deberá dar lugar a un sentir, pensar, valorar como aquel rey con el que se lleva la identificación. La respuesta que se da consiste en una praxis amorosa en un proyecto colectivo.

El fruto de la meditación es dar una respuesta de ofrecimiento de total entrega, que asegure una plena disponibilidad para rehacer la historia personal y universal según los valores y al modo de Jesús. «El ejercitante que ha mirado a Jesús y ha descubierto en Él un rey que invita a caminar tras de Él y a compartir todo con Él, descubre en lo más hondo de su libertad una capacidad, quizás todavía inconsciente, de entregarse»<sup>283</sup>. El carácter personal de la llamada a compartir la vida y misión del Señor hace que la persona sea capaz de renunciar a «su propia sensualidad» y a su «amor carnal y mundano» (*Ej 97*), y se mueva de manera deliberada y libre a ofrecerse: “Yo hago mi oblación, [...] quiero y deseo, sólo que sea vuestro mayor servicio y alabanza, de imitaros” (*Ej 98*). En esta fórmula de ofrenda, el sujeto se compromete a imitar e identificarse con Cristo que marca ahora el norte de su voluntad, querer, pensar y relaciones interpersonales. Es toda la persona del ejercitante la que es movilizada en la adhesión al proyecto de Cristo.

Con la oblación, el sujeto se irá abriendo a otros valores que son ajenos a su propia fantasía de santidad y a su imaginario. Estos van a jugar como dinamizadores y orientadores de sus conductas. El proceso de identificación con Cristo así puesto en marcha puede generar en una persona herida nuevos mecanismos psíquicos fundamentales para la construcción de una nueva identidad psicosocial. Con la adhesión al ideal de Jesús, se dará lugar a un desbloqueo psico-afectivo debido a lo anteriormente vivido que paraliza el desarrollo y la construcción de una sana identidad. La identificación con Cristo fomenta y configura un nuevo modo de ser, de vivir, pues

---

<sup>282</sup> Arzubialde, 237.

<sup>283</sup> Decloux, “La transformación”, 400.

descansa sobre el mecanismo psíquico de la identificación esencial en la configuración de lo que somos. Puesto que los procesos de identificación, que permiten una transformación parcial o total según un modelo que nos atrae, juegan un papel relevante en la construcción personal de cada sujeto y no hay otro medio para esto, se sigue que el deseo de corresponder al estilo de Jesús constituye una fuerza movilizadora de una voluntad debilitada, orientadora de una afección desordenada. El ejercitante que abraza verdaderamente los valores de Cristo cambiará de rumbo su vida. La gracia del seguimiento no voluntarista proporciona al herido nuevas virtudes para regir sus relaciones interpersonales y afrontar sus dolores. A menudo, lo que impide la sanación es la falta de horizonte, ahora la adhesión al proyecto del Rey eterno abre uno nuevo.

Por otro lado, el ejercitante que se compromete con el Rey eterno deja de ser el centro, porque se adhiere a un proyecto que trasciende su Yo. Con el “llamamiento del rey eterno”, se operará el descentramiento. Así, las fuerzas narcisistas a veces fortalecidas por las heridas se quiebran, en consiguiente una nueva identidad emergería. También el carácter personal de la llamada del Rey eterno, no cualquier rey, podría ser benévolo y restaurador para una psicología herida. En efecto, por la escucha de tal invitación incondicional, el llamado se siente considerado, estimado, valorado y estimado por el rey. Tanto a una persona herida como a una persona “sana” el amor gratuito constituye una fuente de vida y de regeneración, una de las vivencias más dinamizadora.

Por fin, notemos que el rey se relaciona con sus llamados desde la confianza sin recurrir a ninguna medida coercitiva. Los llamados que se ponen al servicio del rey aprenderán a relacionarse con él desde la confianza. Este nuevo aprendizaje, esta nueva educación de los afectos participará en cierto grado en la construcción de la identidad renovada del ejercitante. Una tal persona es nuevamente capacitada para reconfigurar progresivamente su proceso identitario desde la confianza sanada. Sólo la experiencia de una confianza más grande puede echar fuera la desconfianza.

### **3. La contemplación de la Encarnación: escuela de abajamiento**

Una vez terminada la meditación acerca del Rey eterno, san Ignacio propone al que recibe que pase, los días siguientes de la segunda semana, a contemplar los misterios de Jesucristo nuestro Señor. Para lograr el conocimiento interno del Señor que se pide, se inicia una andadura contemplativa de las etapas de su vida. Para ello, la

forma especial de oración es la contemplación, y el primer misterio a contemplar es la Encarnación. Antes de ahondar en la contemplación de la Encarnación, haremos un pequeño *excursus* sobre los términos de misterio y contemplación que son claves en la segunda semana. Del mismo modo la explicitación de estos términos es iluminadora para el proceso de seguimiento y de configuración con Cristo.

### 3.1. Breves consideraciones sobre “misterio” y “contemplación”

#### 3.1.1. Misterio

Del latín *mysterium* y griego *mysterion*, el término misterio refiere a «cualquier cosa que está encerrada debajo de velo, o de hecho o de palabras, o de otras señales»<sup>284</sup>. Con el término misterio se hace primordialmente alusión a “lo que está oculto”, lo que por esencia no podía ser expresado directamente<sup>285</sup>. En el cristianismo, el significado del término da un giro radical. Ahora por misterio, se entiende «la acción salvífica de Dios realizada en Cristo, que ha estado oculta desde la eternidad, pero que ahora se ha manifestado y revelado en la persona de Cristo»<sup>286</sup>. En el entendimiento cristiano del misterio está presente la polaridad ocultamiento y revelación. «Si el misterio se identifica con el ser de Dios, esto significa que su manifestación y donación a la criatura no puede agotar su carácter inabarcable e incomprensible»<sup>287</sup>. Al referir la palabra misterio a la persona de Cristo san Pablo la da una fuerte connotación cristológica. Así contemplar los misterios de Cristo es ponerse nuevamente a la escucha de la palabra de Dios hecha pública en él, es considerar la vida de Cristo quien nos da a conocer a Dios.

El entendimiento ignaciano del término se inscribe en la misma línea. En efecto, «en tiempos de S. Ignacio un misterio no era una verdad revelada incomprensible u oculta sino, [...] una representación con imágenes que actualizaba la palabra de Dios»<sup>288</sup>. En la configuración del creyente con Cristo, Rey eterno que llama a seguirle, los misterios de la vida de Cristo desempeñan un papel esencial, porque sólo a través de ellos el ser humano conoce la voluntad de Dios, descubre y abraza el estilo de vida del Verbo.

<sup>284</sup> Cobarruvias, 807.

<sup>285</sup> Cf. Melloni, 164.

<sup>286</sup> Ángel Cordovilla, *El misterio de Dios trinitario. Dios con nosotros*, (Madrid: BAC, 2012), 30.

<sup>287</sup> Cordovilla, 32.

<sup>288</sup> J. Guevara, “Misterios de la vida de Cristo”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1250.

Al llamar misterios a las escenas evangélicas propuestas para las contemplaciones, san Ignacio quizás querría subrayar su carácter inasible, presentarlas como un hondo poso inagotable de sabiduría de vida. En ellas se contempla a Dios que cada vez se da a conocer, se revela, y revelando su Amor transforma a la creatura. En este sentido, los misterios son siempre «portadores de gracia, tienen capacidad de transformar al sujeto creyente, de comunicarle una palabra personal [...], de orientación y de salvación»<sup>289</sup>. En la Palabra de la Escritura Cristo sigue vivo y operante. El Evangelio narra una verdad salvífica. Por otro lado, tras la designación de las escenas a contemplar como misterios latiría la invitación a acercarse a ellas no de mera manera cognoscitiva, sino de modo experiencial, es decir «reflexionar en mí mismo para sacar algún provecho» (*Ej* 114) de la escena evangélica. Es dejar que el misterio penetre lo profundo del alma.

### 3.1.2. Contemplación

De manera general, la contemplación es la acción de contemplar, es decir, de «considerar con mucha diligencia y levantamiento de espíritu las cosas altas y escondidas que enteramente no se pueden percibir con los sentidos, como son las cosas celestiales y divinas»<sup>290</sup>. En la espiritualidad, la contemplación es una forma de orar en que son implicados los sentidos espirituales. En ella se hace un uso alegórico de los sentidos físicos. En el proceso de los Ejercicios, «Ignacio propone la contemplación al comienzo de la segunda semana y ya no va a dejar de proponerla, salvo el ligero paréntesis de los Tres binarios, hasta el final de los *Ejercicios*»<sup>291</sup>. Esto muestra la gran relevancia que Ignacio concede a este modo de salir de sí mismos y elevarse hasta Dios. Antonio Guillén hace de la contemplación, junto con el discernimiento, la base fundamental de los Ejercicios ignacianos<sup>292</sup>.

Para san Ignacio, la contemplación es un «mirar a Jesús afectivamente, un dejar que mis afectos, mis sentimientos y así toda mi persona, quedan invadidos por Jesús»<sup>293</sup>. En otras palabras, se trata de mirar y considerar las diferentes escenas de la vida de Jesús transmitidas en los Evangelios a fin de dejarse tocar, remodelar por ellas.

---

<sup>289</sup> G. Uríbarri, “El acceso a Jesús en los ejercicios, la cristología y la exégesis científica”, *Manresa* 325 (2010), 356.

<sup>290</sup> Cobarruvias, 352.

<sup>291</sup> A. T. Guillén, “Contemplación”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 446.

<sup>292</sup> Cf. Guillén, “Contemplación”, 445.

<sup>293</sup> Guillén, “Contemplación”, 446.

Esto favorece una relación estrecha y directa entre la oración de contemplación y la configuración con la persona de Jesús.

La contemplación es una “oración del corazón”, más que una oración vocal (de los labios), y una oración mental (de la mente). En vez del “discurrir con el entendimiento”, propio de la meditación se propone en la contemplación acciones mucho más sensibles: “ver las personas” (*Ej* 106), “oír lo que hablan” (*Ej* 107), y “mirar lo que hacen” (*Ej* 108). Con la apelación a los sentidos, se trata en la oración de contemplación de «entrar con la imaginación en la escena evangélica «como si presente me hallase, con todo acatamiento y reverencia posible» (*Ej* 114). Al dejarse afectar por el misterio de la vida de Cristo, el creyente contemplativo «se está dejando deliberadamente evangelizar más hondamente por la palabra de Dios»<sup>294</sup>. En virtud de esta experiencia transformante, del “sentir y gustar” de Jesús, la oración de contemplación «se sitúa en clave de amistad, de gratuidad, de fascinación cercana al enamoramiento»<sup>295</sup>.

### 3.2. El desarrollo de la contemplación de la Encarnación

«El sentido último de la “historia” de la salvación no es otro que la contemplación de cómo el amor que Dios siente por la humanidad le movió un día en el tiempo a llegar a ser lo que era ajeno»<sup>296</sup>. Para salir de sí mismo Dios empezó a asumir lo que le es ajeno, la impotencia, la pobreza y la fragilidad a fin de manifestar en la carne la gloria de su Amor y ofrecer al hombre su proyecto de salvación. Por eso, el punto de partida de la andadura contemplativa que Ignacio dibuja es la contemplación de la Encarnación (*Ej* 101-109). El primer misterio para contemplar es el descenso del Hijo, «el cual, siendo de condición divina, no reivindicó su derecho a ser tratado igual a Dios, sino que se despojó de sí mismo» (Flp 2, 6-7) para asumir nuestra carne, nuestra humanidad. Así al aceptar bajar de su rango de Dios, Jesús abraza la historia humana en su totalidad, y empieza un decidido caminar hacia la *kénosis* radical.

El ejercicio ignaciano de la contemplación de la Encarnación está estructurado en base a un único movimiento de descenso, de *kénosis* del Verbo; y consta de una oración preparatoria, de tres preámbulos, tres puntos y un coloquio.

---

<sup>294</sup> Guillén, “Contemplación”, 447.

<sup>295</sup> Guillén, “Contemplación”, 446.

<sup>296</sup> Arzubialde, 248.

El primer preámbulo es «traer la historia de la cosa que tengo de contemplar» (*Ej* 102). En la contemplación «la historia no significa historia ocurrida, sino escena de una verdad salvífica»<sup>297</sup>. En la primera contemplación con la que se inicia la segunda semana de los Ejercicios, la historia es imaginar «cómo las tres personas divinas miraban toda la planicie 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 el género humano; y así, venida la plenitud de los tiempos, enviando al ángel a nuestra Señora» (*Ej* 102).

Lo primero de la historia es la visión trinitaria de Dios. El ejercitante está invitado a ver las tres personas de la Trinidad. La contemplación nos pone ante un Dios que es relación y comunicación. La muestra de esto es su decisión de mandar al Hijo para salvar el mundo. Una tal visión de Dios no quedaría sin incidencia sobre los procesos psíquicos del ejercitante. En la propuesta ignaciana de la Encarnación todo es relación: la existente en el seno de Dios, relación entre los seres humanos que habitan en la tierra, relación entre María y el ángel, relación de Dios con la historia<sup>298</sup>. El segundo elemento de la historia es la mirada compasiva y esperanzadora de Dios sobre toda la planicie, el mundo sufriente. Ante la realidad conflictiva y ambivalente del mundo, Dios aparece como una fuente de vida. Estamos ante un Dios de la gracia. La salvación que trae Jesús es para todos los hombres. Dios mira y ve «toda la haz» de la tierra, por tanto ninguna situación, cualquiera que sea, se le escapa. En Jesús, Dios baja para sanar, liberar, eliminar el mal, y parar el descenso al infierno. En el Verbo, Dios expresa su voluntad de comunicación de vida con los seres humanos. El tercer elemento de la historia a contemplar es la concreción histórica de la decisión de Dios de salvar al género humano. En los tiempos de la plenitud, Dios lleva a cabo su decisión mandando el ángel a nuestra Señora. Dios realiza históricamente su decisión en la Anunciación. Así en la historia que se contempla se cruzan lo eterno y lo temporal. El Dios trinitario no es un dios que se desinteresa de la realidad humana; al contrario, se preocupa de la salvación de todos y de cada uno. En este sentido la contemplación de la Encarnación se hace desde la perspectiva de la misión. El amor por su creatura lo lleva a asumir su debilidad.

El segundo preámbulo es la composición viendo el lugar. En él se trata de «ver la grande capacidad y redondez del mundo, en la cual están tantas y tan diversas gentes;

---

<sup>297</sup> Guillén, “Contemplación”, 447.

<sup>298</sup> Cf. Domínguez Morano, 253.

asimismo, después, particularmente la casa y aposentos de nuestra Señora, en la ciudad de Nazaret, en la provincia de Galilea» (*Ej* 103). En la composición el ejercitante conduce su imaginación del escenario del mundo a un lugar concreto de este mundo, la casa de María. El ejercitante comienza a contemplar el misterio en los aposentos de nuestra Señora. «La contemplación de la Encarnación actualiza la escena evangélica de manera que el ejercitante puede participar del misterio de la Encarnación como testigo de él, [...] participando [...] del encuentro entre Gabriel y María»<sup>299</sup>. El aposento de María es el lugar donde acoger la *kénosis* del Verbo, porque ella era todo receptividad.

El tercer preámbulo es la petición de gracia. No nos detendremos en ella, porque ya la hemos explicado más arriba.

El cuerpo de la contemplación se desarrolla en tres puntos. Cada uno presenta tres escenas simultáneas: «“imaginar” la situación de los hombres en el mundo, luego “contemplar” la reacción divina y finalmente “asistir” a la concreción de esa reacción, la Anunciación»<sup>300</sup>. Haciendo esto el ejercitante contempla el amor kenótico de Dios, es decir, cómo la realidad del mundo mueve a Dios para bajar de su trono, encarnarse en la historia a fin de no evitar a los hombres el descenso al infierno. Aquí la Trinidad no decide un nuevo diluvio como en los tiempos de Noé. Dios mira el mundo con misericordia y sin juicio, no con la voluntad de castigarlo. Ante las alegrías y las más horribles realidades del mundo, el ser humano debe alzar su mirada hacia Dios. Así desde él dicha realidad cobra otro sentido, es resituado en un horizonte de vida. En la propuesta ignaciana el hombre está llamado a participar de la mirada divina, es decir, comprender el mundo desde la voluntad salvífica de Dios, oyendo la decisión divina de hacer la redención del género humano. Dios ve las posibilidades, riquezas y fortunas que la compleja y ardua realidad encierra en sí.

En el primer punto se ve a los personajes de las tres escenas (Mundo, Trinidad, María y el ángel) [*Ej* 106]; en el segundo punto se los oye (*Ej* 107); en el tercer punto se mira sus acciones (*Ej* 108). Cuando las tres personas divinas, desde su «solio real o trono de la su divina majestad» (*Ej* 106) miran toda la haz y redondez de la tierra, y ven que todas las gentes están ciegas y muriendo van al infierno dicen: «hagamos redención del género humano» (*Ej* 107). La decisión de redimir al género humano toma cuerpo en el envío del ángel a María. Del “hagamos redención” hace evidente que el sentido de la

---

<sup>299</sup> R. Zas Friz, “Encarnación”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 738.

<sup>300</sup> Zas Friz, “Encarnación”, 739.

encarnación «está en función de la redención, la cual a su vez está en función de la salvación»<sup>301</sup>. Para Ignacio, Dios movido por su Amor baja para salvar lo que está perdido, lo que desciende al infierno, restaurar la armonía y la comunión de vida en su creación. En ello reside la redención, y una redención de índole universal.

El género humano en su totalidad y en su diversidad – de razas (blancos, negros, mestizos, et.), estado de ánimo (alegres, tristes, etc.), situación social (violencia, guerra, paz.), estado físico (sanos, enfermos), vida biológica (naciendo, muriendo), de situación económica (trajes) – está concernido por la obra redentora de Dios. No hay ninguna razón para que uno piense que su situación no esté puesta en consideración. Ninguna situación queda fuera de la voluntad salvífica de Dios. Esta abarca todo. En virtud de los frutos de la kénosis de Dios, podríamos decir sin riesgo de equivocación que Dios no baja para aniquilar, ni castigar ni humillar a los hombres, sino para ennoblecer la humanidad. Claro que lo que cada uno vive le importa mucho a Dios. En el descenso de Dios reside la elevación de la humanidad. Y mirando a «nuestra Señora humiliándose y haciendo gracias a la su divina majestad» (*Ej 108*), el ejercitante debe caer en la cuenta que la vía del ennoblecimiento de la humanidad pasa también por el abajamiento, la humildad, la cual supone actitud de receptividad y apertura a Dios.

Al final de cada punto aparece el verbo reflectir: «reflectir para sacar provecho de la tal vista» (*Ej 106*); «reflectir después, para sacar provecho de sus palabras» (*Ej 107*); «reflectir para sacar algún provecho de cada cosa destas» (*Ej 108*). Se trata de que el ejercitante tome conciencia del reflejo de lo contemplado va dejando en su interior para dejarse transformar por ello. El contacto con la escena evangélica me impacta, produce en mí una imagen mental, mueve mis afectos. El ejercitante ha de tomar conciencia de estos movimientos interiores a fin de desarrollar una nueva actitud. En las palabras de Adolfo Chércoles, el reflectir «pone en juego a toda la persona para suscitar en ella, no una respuesta determinada, concreta, sino una actitud», y el provecho a sacar «no es tanto la “buena acción” sino dejar que mi realidad personal, en cuanto tal, se sienta tocada»<sup>302</sup>.

La contemplación termina con el coloquio. En él el ejercitante habla «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, ansí nuevamente

---

<sup>301</sup> Zas Friz, “Encarnación”, 741.

<sup>302</sup> A. M<sup>a</sup> Chércoles, “Reflectir”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1546.

encarnado» (*Ej* 109). Tocado por el abajamiento y la donación, tanto del Hijo como María, sería de esperar que el ejercitante diera también su sí en signo concreto de su respuesta a seguir el Rey eterno.

### 3.3. Desear y vivir del Amor kenótico de Jesucristo

Para llevar adelante su salvífico proyecto de «conquistar todo el mundo y todos los enemigos» (*Ej* 95) el primer paso que da Cristo, el rey eterno, es el de la kénosis por Amor a los hombres a salvar. Sin embargo, «desde el punto de vista humano encarnarse es lo “no evidente”, porque contradice las expectativas de aquello que el egoísmo humano concibe como realización, y al mismo tiempo es lo inexorablemente necesario para que sea posible la proximidad propia del amor»<sup>303</sup>. Aunque el abajamiento no es tan natural en el hombre, sin embargo, en el seguimiento del rey eterno, esto constituye también el primer paso a dar. Llegar a desear y abrazar esta actitud de humildad abriría la vía a la elaboración de una nueva identidad. En efecto, la humildad, el amor kenótico rompe con la dinámica de orgullo, de autosuficiencia que, en general, es un obstáculo a la sanación de las heridas interiores. El crecimiento en las virtudes es siempre sanador, pues genera una nueva dinámica interior, cambia la mirada sobre sí y los demás. A la luz de la Encarnación, ¿la sanación de las heridas no exigiría cierto abajamiento? Se oye a algunos heridos decir: ¿cómo me puede hacer esto a mí? El orgullo amplía el dolor de la herida o constituye un obstáculo al proceso de sanación. Ver y adherirse al Cristo humilde, al Verbo encarnado puede sanar nuestro egoísmo y redimensiona nuestro Yo.

Pero la verdadera humildad susceptible de generar nuevos procesos psíquicos vitales es la que no apunta a humillarse a sí mismo o humillar al otro que nos ha herida, a mostrar que se es superior a él y más fuerte que él. En efecto, hay formas de humildad, de bajamiento que podrían ser formas disfrazadas de venganza, o de identificación con el ofensor. Se trata de estar atentos a los procesos psíquicos que están detrás de nuestra opción por el amor kenótico. En la escuela del Rey eterno la verdadera humildad que sana busca la elevación del otro y la aceptación de sí. «En el extremo del abajamiento hay un máximo de comunión»<sup>304</sup>. Cristo restablece la comunión viniendo a buscar lo último en lo más bajo. La humildad no es humillación ni castración, cierto que no es una tendencia natural; es vía de identificación con aquel Rey eterno que hemos elegido seguir. Y esto es lo que da sentido y consistencia al amor kenótico. Movidado por dicho

---

<sup>303</sup> Arzubialde, 248.

<sup>304</sup> Melloni, 183-184.

amor subyacente a la decisión divina de hacer la redención el ejercitante deseará ahora trabajar para la eclosión de la vida en sí y en su entorno. En el ir hacia el Verbo abajado se pondrá en marcha en el ejercitante una nueva dinámica de vida capaz de inducir una reconfiguración de la identidad psicosocial.

Por otro lado, el paso de la propia mirada sobre la realidad a la mirada divina es también dinamizador. El cambio de mirada nos ofrece una nueva clave de lectura de lo vivido y nos abre un horizonte más despejado que el que teníamos antes. De hecho, donde el hombre ve que todo está perdido, caótico, muerto y tenebroso, Dios es capaz de hacer una redención. Frente a la mirada del hombre que juzga con dureza y que etiqueta, se halla la de Dios que ve todo con misericordia y como condición de posibilidad de una nueva partida. Entonces para Dios nada es irreparable, ninguna situación está totalmente perdida. Así tener la mirada divina sobre la realidad es susceptible de generar en un herido nuevos procesos psíquicos. Al ejercitante impactado por la decisión divina de obrarla redención del género humano, la convicción de que nada es irreparable para Dios le trae una fuerza vital, lucidez sobre su historia personal. Es de sobra sabido que las convicciones son dinamizadoras y potentes motores para la elaboración de nueva identidad. La nueva fuerza que brota de dicha convicción llevaría a la reconfiguración y potenciación de una voluntad otrora debilitada y atenazada por las fuerzas de muerte, de desesperanza, y de desprecio de sí. La armonización de la voluntad humana con la voluntad de Dios es fuente de vida y de buena salud. Ver y desear vivir la misericordia de Dios puede sanar nuestra dureza de juicio.

En fin, la dinámica encarnatoria arroja luz sobre el verdadero rostro de Dios que a menudo es deformado por las heridas. En el momento del sufrimiento, varias personas viven sus heridas como castigo, rechazo o abandono de Dios. Pero, la Encarnación nos enseña lo contrario: Dios siempre está del lado del debilitado, del herido, del sufriente. El mismo Jesús nos dijo: «venid a mí los que estáis fatigados y sobrecargados, y yo os proporcionaré descenso» (Mt 11, 28). El Dios de Jesús no es un Dios que «se sitúa en un más allá ajeno a la historia de la humanidad, sino el que se implica en ella y a ella nos remite»<sup>305</sup>. El Amor de Dios es siempre primero. Lo atestigua su decisión de salvar, en vez de destruir la creación y hacer una nueva. Sin embargo, su modo de entrar en la historia, asumiendo las fragilidades de la humanidad, la contingencia del tiempo, rompe con nuestras representaciones de un Dios omnipotente, omnisciente. De este modo, la

---

<sup>305</sup> Domínguez Morano, 252.

Encarnación aleja de los fantasmas sobre Dios que, a veces, el hecho de haber sufrido algunas heridas favorece o entretiene. Lo cual dificulta la relación con Dios.

La contemplación de la Encarnación revela también que Dios es Trino y uno, por tanto es comunión y comunicación. El deseo de comunión constituye un antídoto al aislamiento, arrollamiento al cual llevan las heridas. De este modo, la Encarnación sana la distorsionada imagen de Dios que puede tener una persona herida, y le ofrece una base firme para una relación segura, alegre y amorosa con él.

#### 4. Las dos Banderas

Entre la contemplación de la vida oculta y la contemplación de la vida pública de Jesús, Ignacio propone la meditación de las Dos Banderas (*Ej* 136-147) y la de los Tres Binarios. Los dos protagonistas mayores de la meditación de las Dos Banderas son Cristo nuestro Señor y Lucifer, el caudillo de los enemigos. Dicho de otro modo, la meditación está construida desde una radical polaridad: Cristo-Humildad y Lucifer-Soberbia<sup>306</sup>. La meditación consta de una oración preparatoria, de tres preámbulos, de tres puntos dedicados respectivamente a Lucifer y a Cristo, y de un coloquio.

En el ejercicio de las Dos Banderas no se trata de elegir entre Cristo o Lucifer, pues desde el coloquio del ejercicio del Reino, el ejercitante ha querido entregarse totalmente a Jesús. La clave de acceso a la finalidad del ejercicio se halla en el tercer preámbulo, es decir, en la petición de gracia. Aquí se pide «el 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» (*Ej* 139). En la fórmula de la gracia que se pide destaca el término del conocimiento. Sin embargo, no se trata de contentarse con el conocimiento. Dicho conocimiento debe mover los afectos e inclinar a la acción. El ejercitante pide que el Señor le salve de los engaños del enemigo para corresponder mejor a la perfección evangélica. Lo que el ejercitante presenta delante de Dios es su deseo de la vida verdadera, su deseo de mayor identificación a su estilo de vida.

Lo que desea el ejercitante es no confundir la “vida verdadera” con lo que son “los engaños del mal caudillo”. En efecto, ya en la oblación de mayor estima, con la que se acababa el ejercicio del Reino, se determinaba deliberadamente a luchar contra “su

---

<sup>306</sup> Cf. Melloni, 180.

propia sensualidad” (*Ej 97*) y contra “su amor carnal y mundano”. En esta opción que va contra el deseo narcisista y posesivo, «no es siempre fácil al hombre saber cuál es el impulso que lo lleva y al cual confía su vida, es necesario hacer una clara distinción entre las dos lógicas opuestas del deseo»<sup>307</sup>. Adentrémonos un poco en estas lógicas protagonizadas en Lucifer y Cristo.

Lucifer se ubica en la región de Babilonia y es presentado como un caudillo, «como en una grande cátedra de fuego y humo, en figura horrible y espantosa» (*Ej 140*). En cuanto caudillo, Lucifer se asemeja al «cabecilla de una horda no reconocida»<sup>308</sup>. Su estrategia consiste en llamar a sus innumerables demonios y esparcirlos «por todo el mundo, no dejando provincias, lugares, estados ni personas algunas en particular» (*Ej 141*). Con el reparto de los demonios por todos los rincones del planeta, se afirma que no hay ninguna situación exenta de tentación, nadie inmunizado.

La misión de los enviados de Lucifer es «echar redes y cadenas», –privando así a los hombres de su libertad–, y expande la doctrina de su maestro. Lucifer articula su doctrina en una escala ascendente de orgullo en tres escalones: codicia de riqueza, el vano honor del mundo y crecida soberbia (*Cf. Ej 142*). Estos tres escalones inducen a todos los demás vicios. La dinámica de la lógica de Lucifer es llevar al hombre a crecer en el orgullo, en la autosuficiencia. Dicha dinámica «comienza por el deseo irrefrenable de cosas, de prolonga por el deseo de dominar a las personas, y culmina en el autocentramiento y en [autodivinización]»<sup>309</sup>. En esta dirección el hombre se aleja de Dios, su principio y fundamento, y se vuelve el centro. San Ignacio desvela el modo de proceder del mal espíritu para ayudar al discernimiento.

Mientras Lucifer es situado en Babilonia, un lugar craso, Cristo puso su estandarte en la «región de Jerusalén, lugar humilde hermosos y gracioso» (*Ej 144*). Cristo es presentado como el capitán, es decir, aquel que encabeza a un grupo oficialmente constituido y reconocido<sup>310</sup>. Para llevar adelante su misión de índole universal, Cristo «escoge tantas personas, apóstoles, discípulos, etc., y los envía por todo el mundo, esparciendo su sagrada doctrina por todos estados y condiciones de personas» (*Ej 145*). Esto es la expresión de la disponibilidad de la gracia de Dios para todos.

---

<sup>307</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 403.

<sup>308</sup> Melloni, 180.

<sup>309</sup> Melloni, 181.

<sup>310</sup> *Cf.* Melloni, 180.

A sus siervos y amigos enviados a tal jornada Jesús les encomienda «que a todos quieran ayudar en traerlos» (*Ej 146*) al crecimiento en la humildad. Cristo no coacciona la libertad enredando como el enemigo de la natura humana, sino que ayuda en traerlos respetando la decisión de cada uno<sup>311</sup>. La sagrada doctrina de la humildad de Cristo a esparcir se asemeja a una escala descendente que tiene igualmente tres escalones: suma pobreza espiritual y también material, deseo de oprobios y menosprecios, y la humildad (*Cf. Ej 146*). Estos tres escalones conducen a todas las otras virtudes. Como es de constatar la dinámica de la lógica está en las antípodas de la de Lucifer. A la solicitud de Lucifer para la máxima apropiación se enfrenta la del máximo despojo. La humildad ya presente en el movimiento encarnatorio se explicita, se refuerza y se propone.

En la exploración de las dos lógicas lo que se debe descubrir es la vida verdadera que propone Jesús. Pero tenemos que reconocer que hay otra forma de vida que se me ha propuesto y que tiene las apariencias de la verdad, pero cuya lógica es mortífera y esclavizadora. En la meditación de las Dos Banderas el ejercitante experimenta una división interior, es decir, se halla comprometido en una historia en la cual el deseo que lo une al Cristo nuestro Señor puede, sin darse cuenta, dejarse mover por otros tesoros y otras atracciones. Ante esta división viene el deseo de una unidad nueva o renovada. Es la «mirada, amorosamente fijada en Jesús, la lucidez espiritual que me permite darme cuenta de los engaños del adversario y desmitificar así el mundo imaginario en el cual podría ser tentado de querer –muy ilusoriamente– mi total realización»<sup>312</sup>.

Abrazar la lógica de Cristo suscita el deseo de la edificación de la nueva unidad a partir de la revelación y del mensaje que me ofrece. En efecto, opuestos al “vano honor del mundo” los oprobios y menosprecios liberan de la opinión que los demás puedan tener sobre nosotros. La renuncia al dominio social, que supone la lógica de Cristo, lejos de ser una violentación psicológica y un desprecio de sí, se transforma en una identificación íntima con Aquel que optó por la *kénosis* para salvar a la humanidad<sup>313</sup>. Al desear vivir de los valores y modo de proceder de Cristo, se prosigue el proceso de identificación con él.

Dado que la vida verdadera deseada es un don que se recibe, como también la luz y el conocimiento que permitan reconocerla, el ejercitante tiene solamente que expresar su radical disponibilidad, su receptibilidad. «Tal es la transformación exigida

---

<sup>311</sup> *Cf. Melloni, 181.*

<sup>312</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 404.

<sup>313</sup> *Cf. Melloni, 183.*

por la lógica espiritual propuesta en el ejercicio de las Dos Banderas»<sup>314</sup>. Entrar en la lógica de Cristo es entrar esencialmente en el camino de la humildad.

La determinación para la vida verdadera prepara y dispone a la persona para afrontar la vida. Esto le capacita para reconocer los engaños, para superar progresivamente las heridas cuyas consecuencias impiden la realización de la nueva forma de vida elegida. La vivencia de las virtudes remedia algunos vicios recurrentes que el ejercitante tenía por haber sufrido ciertas heridas que constituyen un terreno fecundo a la proliferación de tales vicios. Seguimos usando heridas en su sentido de fallo psicológico. De este modo, el combate contra estos vicios abre paso a una progresiva sanación psicosocial. En la meditación de las Dos Banderas el Yo que elija el estandarte de Cristo se convertirá en otro Yo, pues a su acomodación a la vida verdadera entra en juego el proceso psicológico de identificación.

### **III. Actitud de pasividad de Cristo en su Pasión: anclaje para el perdón**

Contemplando a lo largo de la segunda semana los misterios de la vida de Jesús el ejercitante ha descubierto lo que quería y ha hecho hacia el final de dicha semana de los Ejercicios una elección: vivir con y como Cristo. El ejercitante fue recibido bajo la Bandera de Cristo. En la tercera semana se busca la confirmación de dicha elección: «el desafío consiste en “quedarse” y acompañar, estar junto a Él, hacerse presente con todo lo que uno es y fijarse en la persona de Jesús doliente y sufriente»<sup>315</sup>. Para ello, el ejercitante está invitado a seguir a Jesús en su Pasión hasta su crucial muerte en la cruz. Al ejercitante que ha elegido seguir al Rey eterno en su pena para compartir también su gloria, le falta entrar en el misterio pascual de su Señor. La unión con Jesús dolorido, herido y desconocido hace descubrir al ejercitante hasta qué punto le lleva su elección y le compromete personalmente, hasta qué le une con el Señor<sup>316</sup>. En otras palabras, le hace darse cuenta de que el don de sí y el abandono que quiere vivir son la parte que toma en el misterio pascual del Señor.

Respecto a nuestra problemática, nos preguntamos: ¿el encuentro personal con Jesús traicionado por Judas, rechazado por la mayoría del pueblo y las autoridades

---

<sup>314</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 405.

<sup>315</sup> Mardones, “Los Ejercicios Espirituales”, 588.

<sup>316</sup> Cf. Decloux, “La transformación del Yo”, 409.

religiosas, abandonado por sus discípulos, humillado e injustamente juzgado y condenado a muerte podría inducir una transformación del Yo? En otras palabras, ¿saberse acompañado por quien vivió todas las grandes heridas, pasó por las penas que cada uno conoce en su vida diaria tendría un elemento consolador? Y si la respuesta es positiva, ¿de qué modo la provocaría?

### 1. Petición de gracia

En las contemplaciones de la Pasión y Muerte de Jesús, el ejercitante desea y pide la gracia del: «dolor con Cristo doloroso, quebranto con Cristo quebrantado, lágrimas, pena interna de tanta pena que Cristo pasó por mí» (*Ej* 203). Con esta petición, el ejercitante quien, después de su elección de seguirle, se fija sobre el rostro de Jesús y su drama personal, pasa de la situación de verdugo – en cuanto es pecador a la de víctima voluntaria – en cuanto es unido e identificado con Jesús por amor<sup>317</sup>. Dicho de otro modo, lo que se quiere conseguir con la gracia es ir acortando la distancia entre Cristo y el ejercitante<sup>318</sup>. Se trata de que el dolor y el sufrimiento no rompan el proceso de seguimiento inaugurado desde la segunda semana. Sólo el ejercitante que esté íntimamente unido a Cristo puede recorrer su camino doloroso de pasión y muerte sin renegarlo. Lo que predomina en la petición de la tercera semana es la participación en el dolor de Cristo, lo cual supone ser descentrado de sí mismo.

Mediante la mirada contemplativa que impulsa a entrar en una comunión con Jesús sufriente, «el ejercitante tendrá que aprender que Jesús enfrenta su historia, asumiendo todo lo que ella le trajo consigo y de lo que su Padre no le libró»<sup>319</sup>. Jesús asume hasta el final las consecuencias de sus obras y dichos. En compañía de Jesús dolorido, el ejercitante aprenderá a descubrir el elemento consolatorio existente en el sufrimiento que permita vivirlo sin recurrir a la violencia. La pasión es el momento de la máxima manifestación de la “locura de amor” para la humanidad. En sus momentos de peligro de muerte, de sufrimiento sin paragon, Jesús se siente apoyado y llevado por el mismo amor del Padre que motivó la decisión de hacer la salvación del género humano. Jesús no duda de la cercanía de su Padre, por eso le renueva su sí filial en la oración del huerto de Getsemaní: «Padre mío, si es posible, que pase de mí esta copa, pero no sea

---

<sup>317</sup> Cf. Decloux, “La transformación del Yo”, 409.

<sup>318</sup> Cf. A. García Estébanez, “Tercera semana”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1702.

<sup>319</sup> Domínguez Morano, 255.

como yo quiero, sino como quieres tú» (Mt 26, 39). Tanto al Jesús como a nosotros Dios Padre sigue siendo una figura de consuelo y de seguridad.

En el experimentar dolor con Cristo doloroso, quebranto con Cristo quebrantado, el ejercitante aprende de él cómo afrontar el dolor, y vivir a pesar de todo en la fidelidad de su elección. Sobre el tema del dolor, de la muerte Jesús no nos dejó ningún tratado, ninguna enseñanza, sino una sabiduría existencial. El sujeto a quien ha sido regalada esta sabiduría llegará a entender que el camino de amor incluye también momentos de sufrimientos, oprobios, injusticia, traición, etc. Al igual que Cristo, el ejercitante que se une a él en su pasión adquirirá paciencia y firmeza para sobrellevar los sufrimientos inherentes a su condición de creatura y a su elección de vivir con el Señor. El ejercitante aprende a enfrentar sus propios sufrimientos con un sentido nuevo, descubre que Dios «habla también en medio del dolor. Aprende que el dolor purifica, afina el alma y puede ser una ocasión para empatizar y acompañar el dolor de los demás»<sup>320</sup>. Sin embargo, no se trata de sacralizar el dolor, de hacer del ejercitante un masoquista, como si el dolor fuera bueno en sí mismo. Se trata de comprender que el seguimiento de Jesús conlleva un hacerse con la cruz y cargar con ella.

## 2. El escondimiento de la divinidad: base de liberación de Dios imaginario

Las contemplaciones de la tercera semana se desarrollan en seis puntos. San Ignacio añade tres nuevos puntos a los habituales de la contemplación tal como está propuesta en la segunda semana. Tras los tres primeros puntos habituales ver, oír y mirar, los tres nuevos puntos dan la pauta específica de las contemplaciones de la Pasión de Cristo.

En el primero de estos puntos, el ejercitante considera «lo que Cristo nuestro Señor padece en la humanidad o quiere padecer», y es invitado a participar en él esforzándose a doler, tristar y llorar (*Cf. Ej 195*). Aquí la Pasión está mirada como el lugar en el cual se acentúa dolorosamente el sufrimiento humano del Señor. En el camino doloroso de la Pasión Jesús no está fingiendo, no está haciendo un teatro, sino que vive realmente en su carne y huesos los dolores. La comunión con el Cristo sufriente es un antídoto al docetismo que niega la humanidad de Jesús. En las manos de la humanidad pecadora, el Señor Jesús se hace voluntariamente pasivo ante sus poderes de muerte y de castigo. Dada la tendencia casi instintiva del hombre a huir del dolor, el

---

<sup>320</sup> Mardones, “Los Ejercicios Espirituales”, 590.

sujeto debe tener un papel activo, esforzarse por estar con Jesús en su Pasión, para reducir su insensibilidad, su apatía<sup>321</sup>.

Tras considerar la humanidad, el ejercitante fija en el segundo punto su atención en la divinidad de Jesús que descoloca, sorprende por su modo de actuar. En efecto, el sujeto considera «cómo la divinidad se esconde» (*Ej* 196), es decir, cómo rehúsa «destruir a sus enemigos» (*Ej* 196) pudiendo hacerlo. En el acto de renuncia a triunfar de sus enemigos, Jesús vacía de sentido la oposición existe entre él y sus enemigos; manifiesta cómo les está acogiendo, haciéndose pasivo ante ellos sin reserva<sup>322</sup>. Por su propio padecimiento Jesús nos revela que el máximo de poder divino se manifiesta en el perdón, compasión, la fidelidad a su empatía para con sus ofensores, incluso los más obstinados. Si Jesús nuestro Señor hubiera destruido a sus enemigos, nos hubiera revelado un Dios que ha cambiado su proyecto inicial de obrar la salvación del género humano. En Jesús, Dios muestra su paciencia para con los hombres, permanece inalterado en su empatía y simpatía con la humanidad. En el perdón y la acogida sin reserva Jesús manifiesta la firmeza de amor por nosotros. Así sólo el que se ha identificado con Cristo doloroso pueda gustar la anchura, la longitud, la profundidad y la altura del amor de Dios.

La vía para sentir esta acogida sin reserva es entrar en comunión con Jesús, en la cual expresa mi deseo sobre lo que «debo yo hacer y padecer por él» (*Ej* 197). En esto consiste el tercer punto. En efecto, Jesús, la gran víctima, lejos de sentirse movido por la rabia, el resentimiento o la venganza, se revela pacífico, no aniquila a sus ofensores tanto de ayer como de hoy; al contrario, les guarda la vida. El ejercitante/ofensor que ha tomado consciencia que es por sus pecados por lo que Cristo ha padecido todo esto en su humanidad quedará sorprendido, confundido y desarmado por el amor de Dios. Al igual que el centurión se podría exclamar: «verdaderamente este hombre era hijo de Dios» (*Mc* 15, 39). La así sorprendente experiencia de la inmutabilidad del ser de Dios (Dios es siempre amor dándose, a pesar de mis pecados), provoca en el sujeto una conversión de su libertad. Desde la gratitud, característica de una psicología sana, el sujeto desearía y querría identificándose con tal amor que le recuerda su ser profundo y le reconecta con su verdad.

---

<sup>321</sup> Cf. Decloux, “La transformación del Yo”, 409.

<sup>322</sup> Cf. Decloux, “La transformación del Yo”, 409-410.

Permanecer mirando al Crucificado, verle en su entrega, puede debilitar los deseos de venganza, romper las resistencias humanas a perdonar, y purificar la imagen de Dios. En la tercera semana, el ejercitante debe pasar de un Dios omnipotente, que solventa todas sus dificultades, a un Dios que se revela en la debilidad. Por tanto, la sempiterna pregunta del por qué Dios ha permitido que suframos esta herida –que tiende a hacerle indirectamente responsable de la situación infeliz, culpabilizar al Señor– pasa a ser cómo Dios está en ella y me acompaña. Este paso cambia todo.

### 3. Del beneficio del perdón al sanador deseo de perdonar

«Sed compasivos como vuestro Padre es compasivo» (Lc 6, 36). En los términos de esta comparación lo que es primero es la compasión de Dios. Solo la experiencia de la fuerza de la misericordia divina capacita a uno para perdonar, para atajar las causas de la violencia. Solo el sujeto que ha experimentado el perdón de Dios, el amor sin reserva de Dios puede perdonar a su ofensor y ver algo que trasciende el mal que ha sufrido. En el proceso de los Ejercicios Ignacio propone un camino semejante. La empatía, la compasión que se halla en base al perdón se adquiere contemplando al Señor. En efecto, «Jesús como modelo de respuesta de un ofendido [una víctima] ante la agresión injusta es fuente de cambio y de transformación; aprender a mirar al ofensor como Él hizo es lección pura de empatía, de compasión»<sup>323</sup>. Vivir y recordar experiencias en las que hemos recibido inmerecidamente el regalo del perdón, sobre todo del Dios a quien he ofendido, es un ejercicio que facilita enormemente la empatía. Se trata de ofrecer a los demás que nos han herido aquel perdón que hemos recibido gratuitamente.

El ejercitante que quiere modelar su vida sobre el ejemplo de Jesús, quien en vez de reprocharle sus pecados lo acoge y perdona, intenta transformar progresivamente sus emociones de rabia, agresividad, resentimiento, venganza, amargura, hostilidad, odio y miedo por otras como empatía, simpatía, compasión o amor<sup>324</sup>. Llegamos a empatizar con sus ofensores y a ser compasivo con él como el Señor lo ha sido con nosotros. En la tercera semana, «la contemplación de un Inocente [Jesús] que integra [desde el amor] su dolor y la injusticia dolorosa que padece para “sanar” al culpable que le está en ese

---

<sup>323</sup> Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón”, 324.

<sup>324</sup> Cf. Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón”, 323.

momento matando, son en sí mismos ejercicios de sanación de las zonas de inmisericordia que hayan podido instalarse en la vida del ejercitante»<sup>325</sup>.

La identificación con Cristo que no huye ante las hostilidades y asume hasta el final las consecuencias de su elección, es paciente, es pacífico y perdonador, nos cambia y nos transforma. Mediante esta transformación nos sana de aquello que nos limita. En una persona herida, la experiencia del “cambio en el corazón” le llena de bienestar y positividad. Este estado se mantiene y se fortalece, porque no procede de una emoción pasajera. No perdona sólo porque el perdón «sea bueno para su salud mental, física o espiritual, o resulte positivo para sus relaciones sociales»<sup>326</sup>. En realidad, la conversión emocional y el proceso de restauración de las relaciones interpersonales otrora conflictivas hunden sus raíces en el cambio vital, en la decisión de seguir a Jesús y de abrazar su modo de vivir. Lo que sustenta el verdadero perdón y la reconciliación que sigue de él es el horizonte de vida de gloria que el Rey eterno promete a los que quedan con él en la pena. Hay algo más grande y fuerza que el mal, y el ofensor no es reductible al mal que cometió. Perdonar nos hace mejores, porque cambia nuestra mirada sobre los demás que nos han herido, sobre nosotros mismos, y nos hace reconectar con nuestra interioridad que está estructurada desde, en y para el amor de Dios. El perdón torna hacia el futuro y nos hace creer en la posibilidad de un mundo mejor. «Con el perdón de la víctima a su victimario, la víctima no se queda atrapada para siempre en el victimismo como etiqueta que lo cosifica, en el dolor deshumanizador del hecho violento del pasado. Así se abre a un futuro con la esperanza de una vida nueva»<sup>327</sup>.

#### **IV. La alegría del resucitado: fuente de esperanza para la nueva vida**

«Si no resucitó Cristo, nuestra predicación es vana, y vana también vuestra fe» (1 Cor 15, 14), nos dice san Pablo. Todos los aspectos del mensaje cristiano carecen de sentido y de consistencia si no se profesa la fe en la resurrección de Cristo. Sin ella, todo se desploma. Si todo hubiera terminado con la muerte y la sepultura de Jesús, Dios habría fallado en su proyecto de hacer la redención. Al resucitar al Hijo primogénito, Dios revela que su Amor es más fuerte, más potente que la muerte, el mal, las heridas. Así con la resurrección se mantiene siempre abierto el horizonte de una vida nueva, de

---

<sup>325</sup> Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón”, 324.

<sup>326</sup> Prieto Ursúa, J. García de Castro Valdés, “Psicología del perdón”, 325-326.

<sup>327</sup> López-Pérez, “Reconciliados-reconciliadores”, 527.

una nueva partida. La muerte no tiene la última palabra. Hay esperanza de que la luz de un nuevo día suceda a las oscuridades de la noche. En otras palabras, cualquiera sea la duración de la noche habrá un nuevo amanecer. Con la fe en la resurrección las heridas, los momentos más dolorosos son siempre realidades penúltimas, pues en la nueva vida inaugurada por el resucitado la muerte no tiene poder. Existe un más allá del sufrimiento. La resurrección manifiesta el valor positivo de la vida, pone de relieve que todo puede ser reparado, restaurado por la acción salvadora de Dios. Entonces con la fuerza de vida del resucitado, se romperán las ataduras de las heridas sufridas.

En la cuarta semana de los Ejercicios san Ignacio nos conecta con la fuente de esta esperanza. El ejercitante es invitado a contemplar los efectos de la resurrección y a compartir la alegría de su Maestro resucitado. ¿Dicha relación con el resucitado, que san Ignacio fomenta, tendría algo de sanador para una psicología herida? Mejor dicho, ¿la apertura de las heridas a la luz del resucitado provocaría algún efecto terapéutico?

### 1. Petición de gracia

En las contemplaciones de las apariciones de Cristo propuestas para la cuarta semana, el ejercitante pide la gracia de alegrarse y gozar intensamente de tanta gloria y gozo de Cristo nuestro Señor (*Cf. Ej 221*). Desde el principio de la cuarta semana, lo que se pide es la comunión en el mismo gozo del Señor, pues Cristo es presentado como el “consolador”, capaz de transfigurar nuestros sentimientos en los suyos. Como señala Arzubialde, la alegría que debe suplicar el que ejercita, «es una “experiencia objetiva” profunda e intenso de “lo religioso”, cuya fuente dimana del hecho de hallarse presente ante la realidad del Crucificado que vive y se manifiesta ahora como la plenitud; que reconcilia a los hombres en su amor y provoca en el discípulo la recepción del Espíritu del Resucitado»<sup>328</sup>. Por consiguiente, no se trata de un consuelo que nace del mero subjetivismo, sino que se trata un don a recibir. La alegría y otros efectos santísimos de la resurrección son una manifestación de la gloria que el Rey eterno ya había prometido en el momento del llamamiento. Al seguimiento en la pena, en el dolor, habrá de seguir el seguimiento en la gloria. El dolor ha dado paso al gozo. Participar en la alegría y el gozo del resucitado lleva al convencimiento de que sólo Dios y su amor otorgan la vida. Dicho de otro modo, el consuelo de la cuarta semana genera el convencimiento de que el resucitado inaugura una nueva vida, refuerza la esperanza en el futuro y nutre la fe en Dios que aparece como la fuente de vida.

---

<sup>328</sup> Arzubialde, 473.

La participación en el gozo de Cristo resucitado confirma al ejercitante en su elección hecha de seguir a Jesús. Ahora Jesús resucitado, «el viviente, ofrece abundante y generosamente el don de su vida a los que lo están acogiendo con disponibilidad»<sup>329</sup>. Con el don de la vida del resucitado el ejercitante experimenta el gozo y se pone al tono de la felicidad de Jesús. En otras palabras, contemplando las apariciones de Cristo resucitado, el ejercitante se alegrará «intensamente “de” la fidelidad y entero gozo y placer de Jesús resucitado, a quien a lo largo de todo el proceso de Ejercicios [él] ha seguido, sentido y acompañado en su proyecto de Reino de Dios. Al contemplarle ahora radiante y victorioso, confirmado por el Padre mediante la Resurrección, experimentará la alegría de su triunfo y, en ella, la esperanza también de su futuro»<sup>330</sup>. Con la petición de la gracia de la cuarta semana se busca que el ejercitante se disponga y se abra a la nueva vida que cada vez nos colma más allá de nuestros esfuerzos y esperanzas.

La participación en la gloria del resucitado, cuyos verdaderos y santísimos efectos son en otros el gozo, la alegría, transforma al sujeto. Tal alegría que procede de la experiencia de la divinidad es desinteresada, pues «equivale al puro gozo del amor más desinteresado por el bien ajeno, que da acceso a la gracia de la salvación»<sup>331</sup>. Por su carácter desinteresado, el don de la alegría rompe la dinámica centrípeta del narcisismo, porque no procede de la mera autocomplacencia y no busca lo mejor sólo para ti. Es una alegría que es contagiosa, empuja hacia los demás. En este sentido, el consuelo que regala el resucitado provoca en el que lo recibe un éxodo respecto a la propia realidad personal. La participación del hombre en el triunfo y en la vida del Señor culmina en la misión, en una salida de sí mismo.

En la cuarta semana, la felicidad aparece como la consecuencia del más radical descentramiento, a través del éxodo del propio yo, así se pone en tela la concepción que la presenta como el resultado de un dinamismo egocéntrico. En el proceso de los Ejercicios, la «cuarta semana supone comprender que nuestra felicidad tan sólo puede sobrevenir a partir de la apertura y la felicidad del otro»<sup>332</sup>. Por tanto, el ejercitante que ha obtenido los frutos de la cuarta semana, que tiene a Dios como figura de consuelo entra en una nueva relación consigo mismo y los demás. La alegría del resucitado que lleva a salir al paso del otro puede suscitar en una persona herida nuevos procesos psíquicos, pues le abre el horizonte de un futuro esperanzador. Movido por los mismos

---

<sup>329</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 410.

<sup>330</sup> Domínguez Morano, 259-260.

<sup>331</sup> Arzubialde, 472.

<sup>332</sup> Domínguez Morano, 258.

sentimientos del resucitado el sujeto internamente transformado se desprende del pasado, o por lo menos lo mira con lucidez, regresa al mundo con un nuevo dinamismo. El anclaje en la historia personal evita que el que se ejercita experimente la alegría de modo eufórico.

## 2. La mostración de la divinidad y el oficio de consolar de Cristo

Las contemplaciones de la cuarta semana se desarrollan en cinco puntos: los tres puntos generales de todas las contemplaciones precedentes – ver, oír, hablar (*Ej 222*) – y dos nuevos puntos propios de la cuarta semana. Respecto a los tres primeros puntos Ignacio remite, sin ningún desarrollo, a las contemplaciones anteriores: se recomienda que «el primer, segundo y tercer punto sean los mismos sólitos que tuvimos en la cena de Cristo nuestro Señor» (*Ej 222*). Sin embargo, explicita el cuarto y el quinto punto de las contemplaciones de Cristo resucitado.

En el cuarto punto Ignacio pretende abrir al creyente a una experiencia sorprendente de la «divinidad, que parecía esconderse en la pasión, parece y se muestra ahora tan miraculosamente en la santísima resurrección, por los verdaderos y santísimos efectos della» (*Ej 223*). No se pide al ejercitante que se fije en el hecho de la resurrección, sino en sus verdaderos y santísimos efectos. La divinidad de Cristo se manifiesta en el gozo grande, en el deseo de anunciar y de perpetuar el Mensaje de Jesús. Por ejemplo, Jesús manda a las mujeres que lo vieron resucitado anunciar esta buena noticia a sus discípulos (*Cf. Mt 28, 8-10*). El resucitado se hace reconocer por los dones que regala al que se encuentra con él. Mediante la mostración de su divinidad a los hombres, Dios sigue manifestando su interés por la historia, sigue manteniendo su oferta de salvación. En el cuarto punto, Ignacio nos recuerda que Dios es el Emmanuel, el que estará con nosotros día tras día, hasta el fin del mundo (*Cf. Mt 1, 23; 28, 20*). Esta cercanía de Dios es fundamento de esperanza, impulsa a dibujar un nuevo proyecto de vida a pesar de los fracasos conocidos.

En el quinto punto, el que se ejercita se fija en «el oficio de consolar que Cristo nuestro Señor trae, y comparando cómo unos amigos suelen consolar a otros» (*Cf. Ej 224*). Así, Ignacio subraya el “oficio de consolador” que el Señor trae. «Es en cuanto

“Señor y Redentor” como Jesús se manifiesta en la cuarta semana»<sup>333</sup>. El quinto punto guarda una conexión con el cuarto, porque el “oficio de consolar” es la gran manifestación del Señor resucitado: consolar, como un amigo cercano<sup>334</sup>. Con este oficio, la relación del Señor con el creyente se establece en términos de amistad. En el resucitado, la originaria amistad con Dios rota por nuestros primeros padres, que la quisieron alcanzar por sus propias fuerzas, se queda restaurada. En contra de la tendencia conquistadora del hombre, san Ignacio insta en la dimensión pasivo-receptiva del dejarse consolar<sup>335</sup>.

Con el objetivo de la cuarta semana de los Ejercicios ignacianos se descubre que lo que especifica a Dios y las relaciones del ser humano con él es la fidelidad, el gozo, el consuelo, la paz. En los ámbitos de las mociones, propio es de Dios «dar verdadera alegría y gozo espiritual» (*Ej* 329), «dar consolación a la ánima sin causa precedente» (*Ej* 330). Para san Ignacio, Dios nunca es el enemigo o el rival de la alegría, felicidad del hombre. Al revés Dios es la fuente más segura de la verdadera y pura consolación. La espiritualidad ignaciana no es alérgica a la felicidad. En efecto, las contemplaciones de la cuarta semana de los Ejercicios producen «en el ejercitante el convencimiento y la esperanza de que también para él la felicidad es posible porque es lo que Dios quiere y desea para todos los seres humanos»<sup>336</sup>. A lo largo de los Ejercicios Ignacio evangeliza la imagen de Dios que tenía el ejercitante. Así, en la cuarta semana, el ejercitante tendrá también la posibilidad de purificar su imagen de Dios que habría sido distorsionada por lo vivido en sus relaciones interpersonales y espirituales. Por otro lado, la fe en el éxito de Jesús es dinamizadora.

## Conclusión

En suma, hemos mostrado que al contemplar reiteradamente a Jesús el ejercitante se va transformando por dentro, cristificando, y mediante esa transformación puede ir siendo curado de las heridas que lo bloqueaban. Las nuevas imágenes interiores que el que se ejercita desarrolla al identificarse con Cristo, su nuevo modelo de vida, tienen un poder sanador. En las contemplaciones de los misterios de la vida de Jesús el

---

<sup>333</sup> Decloux, “La transformación del Yo”, 410.

<sup>334</sup> M. Tejera, “Cuarta semana”, en *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana, (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007), 514.

<sup>335</sup> Cf. Melloni, 242.

<sup>336</sup> Domínguez Morano, 259.

ejercitante descubre y asienta a nuevos valores; purifica su imagen de Dios y mejora su relación con él.

El ejercitante que ha recibido la gracia de seguir a Jesús en su pena y de compartir su gloria es capacitado para reconfigurar, reorientar sus capacidades afectiva, cognitiva y relacional. Con la lucidez espiritual adquirida en los Ejercicios la persona va más pacificada, preparada y dispuesta para afrontar, sin dejarse engañar, nuevas situaciones de la vida. Ahora tiene raíces desde donde actúa, guarda los ojos en Cristo su modelo de resiliencia. La gracia del seguimiento potencia, enriquece en el hombre su dimensión de “inteligencia espiritual”, –complementaria a la inteligencia emocional y lógico-racional– que faculta para afrontar y trascender el sufrimiento y el dolor, y permite actuar como un ser unificado<sup>337</sup>.

---

<sup>337</sup> Cf. Francesc Torralba, *Inteligencia espiritual*, (Barcelona: Plataforma, 2011), 43-77.

## Conclusión general

En el corazón de nuestro recorrido reflexivo se situaba la problemática de los posibles efectos terapéuticos o sanadores de los Ejercicios espirituales ignacianos. En efecto, queríamos explorar cómo la auténtica vivencia y la incorporación del método de los Ejercicios espirituales de san Ignacio de Loyola favorecerían la sanación de algunas heridas interiores sufridas.

En este recorrido, el primer paso que dimos fue el de explicitar los términos de nuestra problemática para mejor delimitar el campo de nuestro estudio. Para ello, en el primer capítulo hemos definido en primer lugar los presupuestos antropológicos que nos sirvieron de base para entender los términos de heridas interiores y sanación. Después de mostrar el abanico de sentidos que tiene el término de “heridas interiores”, las hemos usado a lo largo de nuestro trabajo más bien en el sentido de heridas psicológicas que de heridas de índole espiritual. En cualquier caso, la herida interior es el sufrimiento que padece una persona que ha perdido o ha sido privado de algo necesario a su armonioso crecimiento. Por tener resonancias en las emociones, la voluntad, la inteligencia, el mundo afectivo y la memoria de la persona, las heridas interiores alteran nuestra mirada sobre Dios, sobre nosotros mismos, sobre los demás y sobre el mundo.

En cuanto a la sanación, ella ha de ser entendida como la capacidad de reconocer el sufrimiento vivido, aceptarlo, integrarlo y trascenderlo. Ella no es una especie de quietismo, una autorrealización, un bienestar emocional, ni una conversión ética ni el fruto de una mera introspección, sino una transformación interior, una reestructuración del Yo que brota de la experiencia del amor incondicional de Dios. Los signos de la sanación son la confianza, la apertura, la positividad, el amor, el perdón, la lucidez, la paz, etc.

Puesto que las heridas interiores deterioran la imagen de Dios, y que la sanación que se espera es fruto del encuentro con el verdadero rostro de Dios, el primer elemento que los Ejercicios, desde su antropología teológica, pretenden restaurar en el ejercitante es la imagen de Dios. La sanación consiste primariamente en reconciliar al hombre con Dios que es el Principio y Fundamento de su vida. A la luz de la teoría de apego de John Bowlby el Dios al que san Ignacio expone el ejercitante cumple con las dos funciones básicas de una figura de apego susceptible de servir de suelo firme para una reconfiguración psicológica.

En el Principio y Fundamento se contempla a un Dios Creador, bondadoso, y cercano. En la primera semana, Dios se revela como el refugio seguro contra el pecado, el gran mal que amenaza a la humanidad. Aunque los intermediarios, las experiencias vividas no hayan podido desvelar el Amor de Dios, Dios es capaz de comunicar su Amor a un alma que se abre a él. El fallo de los canales no deteriora la calidad de la fuente. Dios es así una figura de seguridad y de consuelo. Así el Dios de los Ejercicios puede generar en una persona herida nuevos procesos psíquicos. Con la imagen de Dios restaurada, la vuelta a su fuente de vida, el sujeto es capacitado para establecer nuevas relaciones seguras con uno mismo, con el mundo y los demás. Siendo habitado por una sana representación de Dios, la persona reencuentra la confianza en sí, y puede salir sin miedo al paso de los demás.

En efecto una persona herida tiende a proyectar sobre Dios sus fantasmas y a definirlo según los moldes de sus experiencias. Por lo tanto, obtener a lo largo de los Ejercicios la lucidez espiritual necesaria para contemplar el verdadero rostro de Dios, para dejar de adjudicar a Dios nuestro sufrimiento, sino descubrirlo como un Aliado fiel y siempre disponible es sanador. El esfuerzo de separar lo que Dios es en sí de mis difíciles y dolorosas experiencias vividas es un remedio al desajuste cognitivo, afectivo y relacional.

La persona reconciliada con Dios y consigo misma ha de remodelar su identidad y sus relaciones interpersonales a partir del nuevo rostro de Dios contemplado. Las preguntas por «lo que he hecho por Cristo, lo que hago por Cristo, lo que debo hacer por Cristo» (*Ej* 53) orientan al hombre en la nueva manera de seguir escribiendo su historia personal, viviendo su peregrinación terrenal. De lo que precede la figura modélica para la reconfiguración psicosocial es Cristo. En él Dios se nos reveló en la historia. La vida de Cristo se convierte en la referencia para el que se ejercita.

Para identificarse a Cristo y seguirle en su modo de vivir, de actuar el ejercitante contempla los misterios de su vida. El hecho de permanecer así en el seguimiento de Cristo es por sí mismo terapéutico. Al contemplar reiteradamente a Jesús el ejercitante se va transformando por dentro, cristificando, y mediante esa transformación puede ir siendo curado de algunas heridas que lo limitaban. En las contemplaciones de los misterios de la vida de Jesús el ejercitante descubre y asienta a nuevos valores, los cuales dan una nueva orientación a su existencia.

El ejercitante que ha sido recibido bajo la bandera de Cristo, es decir, aquel a quien Jesús regaló la gracia de seguir a Jesús en su pena y de compartir la gloria de su resurrección, puede reestructurar sus capacidades afectiva, cognitiva y relacional. La contemplación de Jesús, la Bondad por antonomasia, y el deseo de imitarlo nos hacen también a nosotros hombres mejores. La identificación con Cristo humilde, compasivo que obra la salvación del género humano es transformadora. La luz del resucitado esclarece el entendimiento oscurecido, fortalece la voluntad debilitada, cambia nuestra mirada sobre el mundo, sobre nosotros y nuestros ofensores. En pos de Cristo, la persona, que ha sido tocada por su Amor incondicional y la alegría de su victoria sobre la muerte, es capaz de trascender cualquier dificultad, pues sitúa su vida en un futuro esperanzador, en un horizonte de sentido y siempre abierto a la vida, y cuenta con su apoyo indefectible.

Para esta persona, estas palabras alentadoras de Dios conservan una gran actualidad: «¿acaso olvida una mujer a su niño de pecho, sin compadecerse de sus entrañas? Pues aunque ésas llegasen a olvidar, yo no te olvido. Míralo, en las palmas de mis manos te tengo tatuada» (Is 49, 15-16). Sintiendo así acompañado, el ejercitante se ve capacitado para vivir con consistencia y determinación, para asumir hasta el final las derivaciones ineludibles de sus elecciones y de su condición de ser creado. Si del lado de Dios la Encarnación significa la asunción de la condición humana, del lado del ser humano ello implica la aceptación de su condición y las limitaciones inherentes a ella. Una tal aceptación permite al hombre no exigir de sí ni de los demás una perfección que sólo es de Dios. Las exigencias de este tipo se hallan en el trasfondo de algunas heridas. Renunciar a ellas para vivir en la realidad histórica desde los valores de Cristo es un paso hacia la sanación.

Al término de los Ejercicios con la lucidez espiritual adquirida la persona va más pacificada, preparada y dispuesta para afrontar con serenidad los desafíos de la vida. Al

incorporar el método de los Ejercicios, el sujeto es capaz de reconocer y de no más prestar una atención a sus autoengaños. Ahora tiene raíces solidas desde donde actúa, y que pueden servir de base para la unificación de su ser.



## Bibliografía

### 1. Fuentes primarias

Ignacio de Loyola (San), *Sancti de Loyola Societatis Iesu fundatoris epistolae et Instrukiones (12 vols.)*. Madrid: ARSI, 1903-1911.

Ignacio de Loyola (San), *Obras completas*, ed. Dalmases D. Madrid: BAC, 1963.

Ignacio de Loyola (San). *Ejercicios Espirituales*. Introducción, texto, notas y vocabulario por Cándido de Dalmases. Santander: Sal Terrae, 2004.

Nadal, Jerónimo. *Epistolae Hieronymi Nadal Societatis Iesu ab anno 1546 ad 1577 (5 Vols.)*. Madrid – Roma: Matrity, 1898-1962.

Ribadeneyra, Pedro. *Fontes Narrativi de S. Ignatio de Loyola et de Societatis Iesuinitis*. Vol. II. Roma: ARSI, 1965.

### 2. Obras generales

AA. VV. *Diccionario Akal crítico de teología*. Dir. Jean-Yves Lacoste. Madrid: Akal, S. A., 2007.

AA. VV. *Diccionario de mística*. Dir. Boriello E., Del Genio M.R. y Suffi. N. Madrid: San Pablo, 2002.

AA. VV. *Dictionnaire de spiritualité ascétique et mystique. Doctrine et histoire*. Vol. Dir. M. Viller. Paris: Gabriel Beauchesne et ses Fils, 1937.

American Psychiatric Association. *DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: Masson, 1988.

Cobarruvias, Sebastián de. *Tesoro de la Lengua Castellana o Española*. Madrid: Turner, 1984.

Grupo de Espiritualidad Ignaciana (ed.), *Diccionario de Espiritualidad Ignaciana*. Vols I-II. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

*Sagrada Biblia*, Madrid: BAC, 1975.

### 3. Fuentes secundarias

#### 3.1. Obras

AA. VV. *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*. Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019.

AA. VV. *Psicología y ejercicios ignacianos*. Vols. I-II. Eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000.

AA.VV., *Escritos esenciales de los primeros jesuitas. De Ignacio a Ribadeneira*, ed. GEI, Bilboa-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2017.

Ancilla, Marie. *Foi y guérison. Repères et critères chrétiens*. Marseille : La Thune, 2008.

Arzubialde, Santiago. *Ejercicios espirituales de S. Ignacio. Historia y análisis*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 1991.

Beirnaert, Louis. *Experiencia cristiana y psicología*. Barcelona: Estela, 1966.

Birba, Martin. *Les différentes formes de guérisons*. Ouagadougou: Paam Yôodo, 2018.

Bourbeau, Lise. *Las cinco heridas que impiden ser uno mismo*. Tenerife: ObStare, 2014.

Catalan, Jean-François. *Expérience spirituelle et psychologie*. Paris: DDB, 2009.

Coathalem, Hervé. *Commentaire du livre des Exercices*. Paris : DDB, 1965.

Cordovilla, Ángel. *El misterio de Dios trinitario. Dios con nosotros*. Madrid: BAC, 2012.

Domínguez Morano, Carlos. *Psicodinámica de los ejercicios ignacianos*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2011.

Echarte, Ignacio. *Concordancia ignaciana*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 1996.

Elorriaga, Federico. *Las heridas de san Ignacio*. Bilbao: Mensajero, 2010.

Gagliardi, Achille. *Comentario a los Ejercicios Espirituales de san Ignacio*. Ed. José A. García. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2018.

García de Castro Valdés, José. *El Dios emergente. Sobre la «consolación sin causa»*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2001.

García Domínguez, Luis María. *Las afecciones desordenadas. Influjo del subconsciente en la vida espiritual*. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2015.

García-Baró, Miguel, Carlos Domínguez Morano y Pedro Rodríguez Panizo. *Experiencia religiosa y ciencias humanas*, Madrid: PPC, 2001.

García-Monge, José Antonio. *Unificación personal y experiencia cristiana*. Santander: Sal Terrae, 2001.

Gueydan, Édouard. *La guérison intérieure. Le chemin du pardon*. Namur: Fidélité, 2014.

Guillén, Antonio, Pablo Alonso y Darío Mollá. *Ayudar y aprovechar o otros muchos. Dar y hacer Ejercicios ignacianos*. Santander: Sal-Terrae, 2018.

Hebga Meirnard. *La Rationalité d'un discours africain sur les phénomènes paranormaux*. Paris: L'Harmattan, 1998.

Ide, Pascal. *Connaître ses blessures*. Paris: Editions Emmanuel, 2013.

Juan de la Cruz (San). *Obras completas*. Ed. Silverio de Santa Teresa. Burgos: Monte Carmelo, 1929.

Larchet, Pierre. *Terapéutica de las enfermedades espirituales*. Trad. Mercedes Huarte Luxán. Salamanca: Sígueme, 2014.

Marcos, Juan Antonio. *Apuntes de teología espiritual (curso 2019-2020)*, Madrid: inaudito.

Marín Sevilla, José maría. *Ignacio de Loyola: La enfermedad en su vida y en su espiritualidad*. Salamanca: UPS, 2006.

Melloni, Javier. *La mistagogía de los Ejercicios*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2001.

Pacot, Simone. *Evangelizar lo profundo del corazón. Aceptar los límites y curar las heridas*. Madrid: Narcea, S. A., 2018.

Rambla Blanch, Josep M. *El peregrino. Autobiografía de san Ignacio de Loyola*. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UPComillas, 2015.

Rivas Rebaque, Fernando. *Terapia de las enfermedades espirituales en los padres de la Iglesia*. Madrid: San Pablo, 2007.

Rodríguez Panizo, Pedro. *La herida esencial. Consideraciones de Teología fundamental para una mistagogía*. Madrid: UPComillas-San Pablo, 2013.

Ruiz de la Peña, Juan Luis. *Creación, gracia, salvación*. Santander: Sal Terrae, 1993.

Ruiz Jurado, Manuel. *A la luz del carisma ignaciano. Estudios sobre san Ignacio de Loyola y la Compañía de Jesús*. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero – Sal Terrae – UP Comillas, 2015.

Ruiz Pérez, Francisco José. *Teología del camino. Una aproximación antropológico-teológica a Ignacio de Loyola*. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000.

Rulla, Luigi M<sup>a</sup>. *Antropología de la vocación cristiana. 1. Bases interdisciplinarias*. Madrid: Atenas, 1990.

Szentmártoni, Mihály. *Psicología de la experiencia de Dios*. Bilbao: Mensajero, 2002.

Teresa de Jesús (Santa). *Obras completas*. Madrid: BAC, 1986.

Thió de Pol, Santiago. *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de San Ignacio de Loyola*. Mensajero, Madrid, 1995.

Torralba, Francesc. *Inteligencia espiritual*. Barcelona: Plataforma, 2011.

### 3.2. Artículos de revista

Arroyo, J. “Aproximaciones al estudio de la libertad afectiva en el Principio y Fundamento”. *Manresa* 193 (1977).

Arzubialde, S. “Teología de los Misterios de la vida de Cristo y contemplación ignaciana”, *Manresa* 325 (2010).

Berástegui Pedro-Viejo, A. “Iniciación a la experiencia de Dios en niños”. *Padres y Maestros* 348 (2012).

Berástegui Pedro-Viejo, A. “La familia en la formación de la persona. O la importancia del vínculo de apego temprano en el desarrollo humano”. *Estudios eclesiológicos* 345 (2013).

Bravo, B. “Hacia una antropología ignaciana”. *Manresa* 91 (1952).

Daniélou, J. “Retraite Ignatienne et Tradition Chrétienne”. *Christus* 3 (1956).

Domínguez Morano, C. “Ignacio de Loyola a la luz de la Psicoanálisis”. *Proyección* 53 (2006).

Domínguez Morano, C. “Principio y fundamento: aspectos psicológicos”. *Manresa* 359 (2019).

Domínguez Morano, C. “Quien quisiere venir conmigo... (EE 95, 1º). La configuración psicosocial de la identidad”. *Manresa* 314 (2008).

García de Castro Valdés, J. “¿Qué hacemos cuando hacemos ejercicios? La actividad del ejercitante a través de los verbos”. *Manresa* vol.74, (2002).

Granqvist, P., B. Hagekull. “Religiousness and Perceived Childhood Attachment: Profiling Socialized Correspondence and Emotional Compensation”. *Journal for the Scientific Study of Religion* 2 (1999).

Grün, A. “Aspectos sanadores de la espiritualidad cristiana. Relación entre espiritualidad y psicología”. *Confer* 218 (2018).

Hernández, E. “Ante la estructura y las operaciones del alma”. *Manresa* vol. 90 (1952).

Janin, F. “Spécificité de l’accompagnement spirituel. Blessure et guérison”. *Vies consacrées* 76 (2004).

López-Yarto Elizalde, L. “Memoria e identidad personal”. *Sal Terrae* 1252 (Feb 2020).

Mardones, T., M. Poblete y C. Reyes. “Los Ejercicios Espirituales de san Ignacio y el proceso de individuación junguiano”. *Miscelánea Comillas* 125 (2006).

Melloni, J. “La pacificación que propician los Ejercicios Espirituales”. *Revista de Espiritualidad Ignaciana* 128 (2011).

Obenga, T. “Anthropologie pharaonique textes à l’appui”. *Ankh* 6/7 (1997-1998).

Prieto Ursúa, M., J. García de Castro Valdés. “Psicología del perdón y Ejercicios Espirituales”. *Manresa* 349 (2016).

Roblero Cum, Gabriel. “Ejercicios Espirituales y abuso de conciencia: Un proceso del sometimiento y la manipulación afectiva”. *Manresa* 363 (2020).

Tatay, J. “¿Sanación o salvación?”. *Mensajero* 1520 (2020).

Uríbarri, G. “El acceso a Jesús en los ejercicios, la cristología y la exégesis científica”. *Manresa* 325 (2010).

Uríbarri, G. “Tres cristianismos insuficientes: emocional, ético et de autorrealización”. *Sal Terrae* 91 (abril 2003).

Viard, Cl. “Donner les Exercices”. *Christus* 90 (1976).

Viard, Cl. “Exercices Spirituels=Sortir de soi”. *Christus* 119 (1983).

Viard, Cl. “L’image, lieu du combat (Deux étendards)”. *Christus* 123 (1984).

### 3.3. Artículos de diccionarios o de obras colectivas

Albuquerque, A. “Memoria”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Arroyo, J. “La transformación del yo en la dinámica de los Ejercicios Espirituales: Etapas de un proceso”. En *Psicología y ejercicios ignacianos*. Vol. I. Eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000.

Arzubialde, S. G. “Enfermedad”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Berástegui Pedro-Viejo, A. “De la experiencia de crecimiento humano al encuentro con el misterio”. En *He visto al que me ve*, dir. Carmen Soto. Pamplona: Verbo Divino, 2006.

Cabassut, A. “Blessure d’amour”. En *Dictionnaire de spiritualité ascétique et mystique. Doctrine et histoire*. Vol. 1. Dir. M. Viller. Paris : Gabriel Beauchesne et ses Fils, 1937.

Castillo, J. M<sup>a</sup>. “Seguimiento de Cristo”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Chércoles, A. M<sup>a</sup>. “Conocimiento interno”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Chércoles, A. M<sup>a</sup>. “Reflectir”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Decloux, S. “La transformación del yo y la experiencia de la relación interpersonal con Jesús”. En *Psicología y ejercicios ignacianos*. Vol I. Eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae: 2000.

Domínguez Morano, C. “Ignacio de Loyola: el primer ejercitante. Rasgos antropológicos y psicológicos de su personalidad”. En *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*”. Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero - Sal Terrae - UPComillas, 2019.

Fleming, D. L. “Reino”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

García Domínguez, L. M. “Los bloqueos del sujeto según san Ignacio de Loyola”, en *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*”. En *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*”, Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019.

García Estébanez, A. “Tercera semana”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Giungato, S. “Herida de amor”. En *Diccionario de mística*. Dir. Boriello E., Del Genio M.R. y Suffi. N. Madrid: San Pablo, 2002.

González Magaña, J. E. “Entendimiento”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Guevara, J. “Misterios de la vida de Cristo”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Guillén, A. T. “Contemplación”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

López Pérez, E. “Reconciliados-reconciliadores al discernir. Antropología de la unión de ánimos en los Ejercicios Espirituales”. En *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*”. Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019.

Meana Peón, R. “Las potencias del alma revistadas: pilares para una antropología ignaciana”. En *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*”, Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero-Sal Terrae-UP Comillas, 2019.

Melloni, J. “Cardoner”. En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Occhialini, U. "Pecado". En *Diccionario de mística*. Dir. Boriello E., Del Genio M.R. y Suffi. N. Madrid: San Pablo, 2002.

Royón, E. "Principio y fundamento". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Ruiz Pérez, F. J. "Alma". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Ruiz Pérez, F. J. "Hombre". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Salín, D. "Voluntad". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Schwager, R. "salvación". En *Diccionario Akal crítico de teología*. Dir. Jean-Yves Lacoste. Madrid: Akal, S. A., 2007.

Sievernich, M. "Dificultades para la vivencia del pecado en el contexto de los Ejercicios y de la cultura actual". En *Psicología y ejercicios ignacianos*. Vol. I. Eds. Carlos Alemany, José A. García-Monge. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2000.

Tejera, M. "Cuarta semana". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.

Uríbarri, G. "El sujeto ignaciano en la cultura contemporánea. Desafíos y recursos". En *El sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*". Eds. Rufino Meana Peón y al. Bilbao-Santander-Madrid: Mensajero - Sal Terrae- UPComillas, 2019.

Zas Friz, R. "Encarnación". En *DEI*, (Ed.) Grupo de Espiritualidad Ignaciana. Bilbao-Santander: Mensajero-Sal Terrae, 2007.



## Índice

Dedicatoria.....	5
Siglas y abreviaturas.....	7
Introducción general .....	9
<b>CAPÍTULO 1: LA PROBLEMÁTICA DE LAS HERIDAS INTERIORES Y DE LA SANACIÓN.....</b>	<b>13</b>
<b>I. De las antropologías clásicas a la antropología ignaciana .....</b>	<b>14</b>
1. El modelo dualista .....	14
2. El modelo tripartito inspirado en san Pablo.....	15
3. Paradigma antropológico ignaciano .....	17
3.1. El hombre es uno .....	18
3.2. Dimensión pneumática del alma.....	19
3.3. Las tres potencias del alma y sus actos respectivos .....	20
3.3.1. La memoria .....	21
3.3.2. El entendimiento .....	22
3.3.3. La voluntad .....	23
3.4. Balance final .....	24
<b>II. Las heridas interiores: sentido y categorías.....</b>	<b>25</b>
1. El termino de herida en la espiritualidad ignaciana.....	25
2. Las heridas interiores de naturaleza espiritual.....	26
2.1. Las heridas ligadas al pecado.....	26
2.2. La herida de amor: del lenguaje mítico al lenguaje místico .....	28
2.3. Criterios de reconocimiento de la herida de amor .....	30
2.3.1. La brusquedad .....	30
2.3.2. La ambivalencia emocional .....	31
2.3.3. Dios como único origen .....	32
3. Las heridas psicológicas .....	33
3.1. Naturaleza de las heridas psicológicas.....	33
3.2. Las causas de las heridas psicológicas.....	35
3.3. Consecuencias o síntomas de las heridas psicológicas .....	36
<b>III. La sanación y la salvación .....</b>	<b>38</b>
1. Consideraciones erróneas de la sanación.....	39
2. La verdadera sanación .....	40
Conclusión .....	41

CAPÍTULO II: LA IMAGEN DE DIOS EN LOS EJERCICIOS: LA FUERZA	
SANADORA DEL AMOR DE DIOS.....	43
I.    La iluminación mística del Cardoner: de lo imaginario a la realidad.....	44
1.    La experiencia del Cardoner.....	44
2.    Los efectos de la experiencia del Cardoner en san Ignacio.....	46
2.1.    La lucidez.....	47
2.2.    La unificación.....	48
2.3.    El descentramiento y la apertura a la alteridad.....	48
2.4.    La perdurabilidad.....	48
II.   Disposiciones externas e internas de los ejercitantes.....	49
1.    Aislarse para escuchar a Dios en el silencio (Anotación 20ª).....	49
2.    La autodisciplina y la perseverancia del ejercitante (Anotaciones 12ª y 13ª) ...	51
3.    No huir hacia delante (Anotación 11ª).....	52
4.    Generosidad y liberalidad con Dios (Anotación 5ª).....	53
5.    La apertura al abrazo de Dios (Anotación 15ª).....	54
III.  La dimensión sanadora de la imagen Dios de los Ejercicios espirituales.....	55
1.    De la experiencia de las relaciones humanas al encuentro con Dios.....	56
1.1.    Breve presentación de la teoría del apego.....	56
1.2.    La teoría del apego y la experiencia de Dios.....	58
2.    El Principio y Fundamento: horizonte del amor bondadoso de Dios.....	61
2.1.    Dios creador y cercano: anclaje para la reconciliación.....	62
2.2.    El «¿para qué?» de la vida, base para el cambio de rumbo.....	65
2.3.    La indiferencia, soporte para una sana relativización de lo vivido.....	67
3.    Primera semana: el horizonte del amor incondicional de Dios.....	70
3.1.    La dimensión sanadora del modo y orden de la primera semana.....	71
3.1.1.    La gracia de la conciencia de pecado: apertura a la vida.....	71
3.1.2.    Examen de los pecados personales.....	74
3.2.    Dios misericordioso, refugio contra el pecado.....	75
Conclusión.....	76
CAPÍTULO 3: LA RECONFIGURACIÓN DE LA IDENTIDAD PSICOSOCIAL DESDE	
EL SEGUIMIENTO DE JESÚS.....	
I.    Algunos recursos psíquicos configuradores de la identidad.....	80
1.    Recurso psíquico del asentimiento.....	81
2.    Recurso psíquico de la identificación.....	81
3.    Valores y actitudes.....	84
II.   El seguimiento de Cristo, anclaje para la nueva identidad.....	85

1.	Petición de gracia .....	86
1.1.	Conocer.....	86
1.2.	Amar .....	87
1.3.	Seguir.....	88
1.4.	Gracia de la segunda semana, fuente de un nuevo impulso.....	89
2.	Llamamiento del Rey eterno: el más allá del propio yo .....	90
2.1.	El ideal movilizador del Rey eterno.....	90
2.2.	La respuesta de compromiso del ejercitante y sus implicaciones.....	92
3.	La contemplación de la Encarnación: escuela de abajamiento.....	94
3.1.	Breves consideraciones sobre “misterio” y “contemplación” .....	95
3.1.1.	Misterio.....	95
3.1.2.	Contemplación .....	96
3.2.	El desarrollo de la contemplación de la Encarnación .....	97
3.3.	Desear y vivir del Amor kenótico de Jesucristo .....	101
4.	Las dos Banderas.....	103
III.	Actitud de pasividad de Cristo en su Pasión: anclaje para el perdón .....	106
1.	Petición de gracia .....	107
2.	El escondimiento de la divinidad: base de liberación de Dios imaginario .....	108
3.	Del beneficio del perdón al sanador deseo de perdonar .....	110
IV.	La alegría del resucitado: fuente de esperanza para la nueva vida .....	111
1.	Petición de gracia .....	112
2.	La mostración de la divinidad y el oficio de consolar de Cristo .....	114
	Conclusión.....	115
	Conclusión general .....	117
	Bibliografía.....	121