

# Para una antropología ignaciana: algunas vivencias constitutivas del sujeto psíquico

Rufino J. Meana Peón S.J.  
Universidad Pontificia Comillas  
Madrid, España.

*Encuentro con expertos*

Resumen/abstract

*Se ofrece un avance sobre la comprensión del substrato antropológico que alberga la Espiritualidad Ignaciana. Más allá de una perspectiva estructural, ya trabajada en otro lugar, aquí se toman en consideración aspectos existenciales (vivencias en lenguaje de Ortega y Gasset) que, según se van dando, pasan a formar parte constitutiva del sujeto psíquico. En particular, se presta atención a las vivencias: conciencia de ser sujeto de contradicciones, indigencia, fracaso generativo, autoría e integración cuerpo-espíritu. Vivencias que han de estar, en algún modo, presentes en el creyente que desea usar de los instrumentos propios de la EI pero que, a su vez, el propio método potenciará consolidando un sujeto más íntegro capaz de orar, discernir y vivir desde su experiencia de Dios.*

Desde nuestro interés por comprender mejor los substratos antropológicos de la Espiritualidad Ignaciana (en adelante EI) y con el fin de continuar clarificando el significado de lo que Ignacio plantea en la Anotación 18 [Ej 18], disponer, o no, de *subjecto* para aprovechar debidamente los recursos ignacianos, aquí daremos un paso más allá de lo expuesto en la ponencia sobre las potencias del alma también presente en esa publicación.

A nuestro juicio, para hablar de un sujeto psíquico bien constituido, apto para entrar en el entorno de la EI, hemos de tomar en consideración tanto aspectos estructurales como aspectos existenciales. Es decir, por un lado, la persona ha de disponer de unos mínimos constitutivos en un grado suficiente; lo que en la EI se denominan *potencias del alma* (memoria, voluntad y entendimiento). Nosotros las hemos descrito en lenguaje contemporáneo como funciones de la mente, sintetizándolas provisionalmente en: autoconciencia, relacionalidad, voluntad, coraje y sentido<sup>1</sup>.

Además, la persona ha de haber experimentado determinadas vivencias que resultan ser esenciales para comprender y avanzar en los modos y objetivos de la EI con los instrumentos que le son propios. Toda persona se va constituyendo desde la interacción con la realidad, la relación con otros y consigo mismo; así, se van inscribiendo experiencias importantes para el individuo que lo van modelando y modulando. José Ortega y Gasset denomina a estas experiencias ‘vivencias’ y las entiende como “*todo aquello que llega con tal inmediatez a mi yo, que entra a*

---

<sup>1</sup> Aparte de la ponencia recogida en esta publicación hemos desarrollado con algo más de detenimiento este punto en: R. MEANA “Las potencias del alma revisitadas. Pilares para una antropología ignaciana” en R. Meana (Dir.) *El Sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, Mensajero-Sal Terrae-Comillas, Bilbao-Santander-Madrid 2019, 383-408.

*formar parte de él (...) como el cuerpo físico es una unidad de átomos, así el yo o cuerpo consciente es una unidad de vivencias*”<sup>2</sup>. Nos parece adecuado rescatar este término para esta reflexión que pretende describir varias vivencias importantes en el haber existencial de quien puede aprovechar adecuadamente la EI.

Resumidamente, en las reflexiones que ofrecemos a continuación nos interesa dejar constancia de que la persona con suficiente sujeto ha de contar con las siguientes vivencias inscritas en su psiquismo: haber experimentado que la vida personal es un mar de contradicciones y ambigüedades, donde será muy importante ser capaz de decidir qué aspectos se van a potenciar y cuáles no, sin poder verse nunca definitivamente liberado de esa tarea; lo que será fuente de plenitud existencial es, precisamente, ese esfuerzo, no tanto alcanzar la desaparición de toda contradicción. Saber vivencialmente que la frustración y fracaso son elementos esenciales de la existencia humana, habiendo descubierto que esto no necesariamente conduce a parálisis escépticas o depresivas. Saber por experiencia que no hay camino de transformación personal sin tomar las riendas de la propia vida, determinándose y afrontando los posibles inconvenientes que su decisión conlleve. Ser consciente de que no se puede vivir una espiritualidad cristiana disociadamente, al menos no la EI, buscando un sosiego y gozo enajenantes de una realidad creada necesitada de redención; tampoco abanderando ideologías desconectadas de una experiencia personal con Dios por más compatibles que puedan parecer<sup>3</sup>.

### 1. ***Vivencia de contradicción***

Para el ser humano resulta esencial ir adquiriendo la capacidad para tolerar las contradicciones propias y ajenas, lo cual no significa pactar con la ambigüedad sino alcanzar un equilibrio entre la omnipotencia y el fatalismo. Es una vivencia que ha de estar presente en la constitución de un sujeto psíquico maduro, sin ella surgen individuos aparentemente perfectos que, cumpliendo todas las reglas, esconden ante sí mismos y los demás, sus conflictos. En los contextos de Iglesia, pueden ser eficaces gestores, pero deshumanizados muy lejos de ser portadores del evangélico mensaje de misericordia. La EI cuenta con que el sujeto tiene una suficiente experiencia en este terreno, sin ella resultará muy complicado entrar en las dinámicas que propone.

La práctica clínica nos enseña que ganar conciencia de enfermedad es un paso importante para ir ganando en salud mental<sup>4</sup>. En ocasiones, para saber qué pasos dar y en qué dirección, es esencial que el paciente pueda decirse: *tengo un problema y necesito ayuda*; cosa muy diferente es imaginar que toda dificultad psíquica cuenta con una solución que la haga desaparecer. Muchas veces, vivir saludablemente implica hacerlo sabiendo asumir las limitaciones psíquicas que cada

---

<sup>2</sup> La palabra vivencia nos parece la más adecuada para referirnos a experiencias constituyentes del sujeto psíquico que trascienden el mero recuerdo (pasado) para formar parte activa del presente. La palabra fue construida e introducida en el lenguaje español por José Ortega y Gasset buscando la mejor traducción para el término alemán *Erlebnis*. J. ORTEGA Y GASSET, “Sobre el concepto de sensación” en *Obras Completas*, I, Madrid 1966, 256ss.

<sup>3</sup> A este respecto, recomendamos la lectura del Decreto 4 “Nuestra misión hoy: servicio de la Fe y promoción de la justicia” de la *Congregación General XXXII de la Compañía de Jesús*, Razón y Fe, Madrid 1975, 59-100.

<sup>4</sup> Alusiones a esta idea pueden encontrarse en cualquier manual de psicología clínica. En español una buena revisión es: C. ABELLEIRA y R. TOURÑO, “Prevención de recaídas: Evaluación de la conciencia de enfermedad y la adherencia al tratamiento”: *Rehabilitación Psicosocial*, 6 (2009), 97-109.

uno tiene<sup>5</sup> (emocionales, relacionales, cognitivas, etc.) y dándose cuenta de que las aspiraciones a ser psicológicamente perfecto pueden ser una meta enfermiza por irreal<sup>6</sup>.

En el ámbito de la vida en el espíritu podemos encontrarnos con un paralelismo. Es importante ganar conciencia de las limitaciones de todo orden con las que uno se encuentra en su crecimiento espiritual, sabiendo que, probablemente, ha de convivir toda su existencia con ellas sin desfallecer o desanimarse. La experiencia de ser llamado sintiéndose indigno por no verse capaz de responder sin fisuras, es común en los muy variados relatos de seguimiento tanto en los evangelios como en las vidas de los santos. Recordemos cómo San Pablo es alguien que puede dar muestras de vivencias de unión mística (*ya no soy yo el que vive, sino que es Jesucristo el que vive en mí*, Gal 2, 20) pero también mostrarse desconcertado e impotente en su vida cristiana (*...yo no soy más que un simple hombre, y no puedo controlar mis malos deseos. Soy un esclavo del pecado. La verdad es que no entiendo nada de lo que hago, pues en vez de hacer lo bueno que quiero hacer, hago lo malo que no quiero hacer*, Rm 7, 14-15). No es contrasentido, es realidad inevitable; no es humillante, es caer en la cuenta del amor recibido gratuita e inmerecidamente. Esta doble conciencia llamada al seguimiento e impotencia personal, si se vive adecuadamente, produce agradecimiento que fortalece no vergüenza que debilita.

El reto es vivir desde estas contradicciones sin caer en el conformismo, pactando con la mediocridad, o entrando en desánimos de la familia de la ansiedad o la depresión. El agradecimiento humilde por las mil oportunidades recibidas genera coraje para levantarse setenta veces siete. Sin esta vivencia desconcertante, surgen en la Iglesia personas deshumanizadas, disociadas de sus propias vulnerabilidades y enormemente intransigentes con las de los demás.

Asumir las propias contradicciones sin paralizarse exige un doble movimiento. Por un lado, ganar conciencia de ellas, para lo cual es pieza esencial el examen ignaciano. Después, viene la decisión de potenciar todos aquellos aspectos –valores o actitudes- a los que se desea dar protagonismo porque son expresión de un modo de ser como el de Jesús de Nazaret, dejando en un segundo plano aquellos otros que desentonan con el camino que conduce al fin que se pretende. No se trata de aspirar a dejar de ser de un modo para ser de otro, en una especie de metamorfosis radical inmediata sino, más bien, de ir otorgando primacía a un modo de ser que ya se tiene y es deseado –aunque sea muy germinalmente- frente a otro modo de ser que también se tiene pero que es indeseado<sup>7</sup>. Es un permanente camino de examinarse y de elegir, en lo que está a nuestro alcance, para ir poco a poco viviendo más al modo de Jesús de Nazaret, nuestro referente antropológico. Es un camino que no se puede recorrer a solas y, seguramente, habrá que asumir que es una tarea que no termina nunca; a este respecto la afirmación de Nietzsche es bastante elocuente: “*No soy un hombre, soy un campo de batalla*”<sup>8</sup>.

Aumentar el campo de conciencia sobre lo que uno es y sobre lo que realísticamente puede llegar a ser –tanto en lo que conduce a lo que se desea como en lo que aleja- es esencial para poder

---

<sup>5</sup> R. MEANA, “Salud Mental, Compasión y la Vida Humana felizmente vivida”: *Sal Terrae* 104 (2016), 213-226.

<sup>6</sup> St. Luke Institute es un reconocido centro especializado en psicoterapia de religiosos y sacerdotes, en su boletín, *Lukenotes*, ofrece algunas reflexiones interesantes a este respecto: M. TRIANTAFILOU, *The imperfection of perfectionism*, 2019, en línea, <https://www.sliconnect.org/the-imperfection-of-perfectionism/> (consulta el 15 de septiembre de 2020).

<sup>7</sup> A este respecto resulta muy interesante la obra de Philip M. Bromberg, por ejemplo: PH. BROMBERG, “Standing in the Spaces: The Multiplicity of Self and The Psychoanalytic Relationship”: *Contemporary Psychoanalysis*, 32, (1996). 509-535.

<sup>8</sup> F. NIETZSCHE, *Así habló Zaratustra*, Alianza, Madrid 2011.

caminar en la dirección correcta. Es lo que Ignacio de Loyola intuye cuando en la primera semana otorga gran importancia al examen y sitúa al ejercitante ante sí mismo haciéndole caer en la cuenta, brutalmente, de su pecado; no para hundirle y que salga desanimado sino para que sepa de sí, de sus potencialidades y de sus limitaciones. El papel de la Gracia es importante en ese ir alcanzando conocimiento interno de uno mismo, como lo es en el pedir y desear que “*todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad*” [Ej 46]. Así, una vez consciente de su realidad y su deseo se puede preguntar en el coloquio [Ej 53] no sólo “¿qué he hecho por Cristo?” y “¿qué hago?”, descubriendo fallos y quedándose ahí inmovilizado por un juicio moral implícito que dejaría a la persona en una paralizante posición culposa. También, “¿qué he de hacer por Cristo?”, es decir, visto lo visto, qué de mí puedo potenciar en intenciones, en acciones y en operaciones para servir a la causa de Aquel que convoca, haciéndome como Él. Asistimos a un uso de la ganancia de conciencia de pecado (enfermedad) como elemento esencial para desear salir de ahí: si la persona que ha experimentado la llamada a *alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor* [Ej 23] no sabe con realismo de uno de sus modos de ser (pecador encerrado en sí mismo), no deseará fortalecer y potenciar otros modos más deseables según la experiencia vocacional recibida con consuelo.

La experiencia de existente contradictorio, por dolorosa que pueda resultar, en la posibilista EI, es motor de cambio, orientación para no perder el rumbo en el horizonte existencial que se desea alcanzar: vivir al modo de Jesús de Nazaret.

## 2. *Vivencia de indigencia*

Sin esta experiencia las personas y comunidades eclesiales corren el peligro de verse más regidas por rivalidades y críticas que por la interna ley de la caridad que brota de la solidaridad en la indigencia y de la experiencia de redención inmerecida. La EI necesita sujetos capaces de encarar esta dimensión para poder ir creciendo en humildad y desposesión de sí.

En el ámbito de la psicología clínica nos podemos encontrar con un cierto tipo de pacientes que sólo encuentran presencia de ánimo para pedir ayuda terapéutica cuando, según ellos mismos formulan, han ‘tocado fondo’. Se experimenta que no se puede caer más bajo, las pérdidas personales, laborales, sociales o económicas son tales, que no cabe autoengaño; es una muy dura vivencia que, sin embargo, se desvela como indispensable para que algunas personas decidan acometer un proceso de cambio. Muchos pacientes conocen esta experiencia y salen arriba muy fortalecidos, agradecidos y acompañados por su terapeuta, sus grupos de terapia, familiares o amigos varios.

Tocar fondo es experimentar la más profunda de las indigencias. Es la experiencia del ciego Bartimeo (Mc. 10:46-52) quien, sin pudor, entre tinieblas y fuera del camino de la vida, grita, suplica y espera que alguien decida acudir a tenderle una mano. Indigente no es el pobre - caracterizado por su carencia, pero aún con capacidad de aspirar a salir de ella- sino quien depende absolutamente de que otro decida dar el paso de ayudar; quien siente que se encuentra en total indefensión<sup>9</sup>. La doble experiencia de indigencia y de sentirse rescatado y reintegrado en el

---

<sup>9</sup> Indefensión es un término clásico en psicología después de que, a finales de los años 60, M. Seligman elaborara su teoría sobre la “Indefensión Aprendida”. Alude a un modo de estar ante las dificultades caracterizado por no tratar de superarlas, sometido al convencimiento de que cualquier intento de superación será infructuoso y de que no hay nada que hacer, más que soportar pasivamente las adversidades,

camino de la vida tiene hondas raíces en la crianza, cuando un bebé resultaría inviable sin la generosa dedicación de un adulto; es desde donde brota la confianza agradecida que, en el Evangelio y en la vida, es esencial para alcanzar amor, apego por el otro, así como para ganar confianza en uno mismo y ser independiente; es el substrato antropológico del seguimiento evangélico. Los místicos describen en su itinerario vital esta experiencia, durísima y dolorosa: San Ignacio al borde del pozo que pedía su suicidio; Santa Teresa y sus años desolados con síntomas somáticos hasta la parálisis; San Juan de la Cruz y su depresiva noche oscura; y tantos otros que terminaron en la salvífica experiencia de ser rescatados tanto por el Señor de su vida como por las buenas gentes que les rodeaban.

Un creyente tendría que contar en su historia vital con la experiencia realista de haberse enfrentado a verse impotente para ir siendo la persona que desea ser y haberse visto real y verdaderamente rescatado de ese atolladero por otro; no sólo por la experiencia de un Dios salvífico, sino, también, por la acción de personas concretas sin las cuales uno se habría visto arrastrado por los remolinos de la vida. Es muy importante experimentar que los otros son indispensables porque han sido y son, literalmente, ‘fuente de salvación’; por eso no hay posible camino de conversión en solitario.

Sin la experiencia de haberse visto rescatado de las propias impotencias, seguramente *setenta veces siete*, resulta imposible poder comprender el mensaje de misericordia que alberga el anuncio evangélico y, mucho menos, llevar a otros ese anuncio, más allá de un discurso teológico razonablemente lógico, mediante la ayuda activa y eficaz de los demás. En las sociedades del bienestar, de las soluciones aparentes fáciles y basadas en autoengaños, es frecuente encontrar personas que nunca han encarado sus aspectos necesitados de la presencia del otro, los que les hacen sentirse impotentes y, tal vez, avergonzados. Sin esta experiencia no se puede dar la capacidad de entonamiento emocional (*attunement*)<sup>10</sup>, esencial para establecer un encuentro afectivo y cómplice con los demás y sus sufrimientos, la experiencia que el filósofo personalista Carlos Díaz formula certeramente: “*da más fuerza sentirse amado que creerse fuerte*”<sup>11</sup>. Consideremos que el anuncio evangélico o se da en un encuentro personal de estas características o no se da; hablamos de lo que está en la base del pensamiento del Papa Francisco cuando habla de la “*revolución de la ternura*”<sup>12</sup>, el substrato de su encíclica *Fratelli Tutti*<sup>13</sup>.

No es posible anunciar la compasión evangélica si no se ha permitido a Dios y a otros bajar a los propios infiernos para experimentar que, realmente, uno se recibe de los demás. Tampoco va a ser sencillo vivir una vida de comunidad eclesial (tanto de religiosos como de laicos o mixta). Las célebres e inspiradoras Constituciones redactadas por Ignacio de Loyola, hablan de la importancia de la comunidad, aunque sea en la dispersión, al servicio de la ‘*mutua consolación y edificación*’ [Const. 673]. Es decir, la vida comunitaria como instrumento para que unos ayuden a otros en su vida de crecimiento en la Fe, en la Esperanza y en la Caridad -consolación [Ej 316]- así como en la capacidad de afrontar dificultades de la vida que podrían derrumbar al individuo que camina solo (edificación). Su célebre expresión ‘*unión de los ánimos*’ para referirse al empaste comunitario sólo se entiende si esa unión se da desde la conversación espiritual y desde la

---

renunciando a todo horizonte de mejora. En español, en el ámbito de la divulgación, se puede revisar: J. BURÓN, *Debilidad aprendida y fuerza para luchar*, Sal Terrae, Santander 2011.

<sup>10</sup> D. STERN, *The interpersonal world of the infant*, Basic Books, Nueva York 1985.

<sup>11</sup> C. DÍAZ, *La salud mental soy yo mismo, la enfermedad mental también*, Sinergia, Salamanca 2017.

<sup>12</sup> PAPA FRANCISCO, *Por qué nuestro único futuro digno debe incluir a todos*, TED-Talks 2017, en línea, <https://goo.gl/0Nt8dU> (consulta el 12 de septiembre de 2020)

<sup>13</sup> PAPA FRANCISCO, *Fratelli Tutti. Carta encíclica*, Mensajero, Bilbao 2020.

conciencia compartida de las fragilidades personales con el compromiso de sostenerse mutuamente. Es, por tanto, crucial la doble experiencia de impotencia en la indigencia y la de verse rescatado por la presencia del otro.

### 3. *Vivencia de fracaso generativo*

Es la experiencia de quien es capaz de darse nuevas oportunidades aceptando y aprendiendo de los fracasos reales<sup>14</sup>. Es un vector existencial crucial en la vida humana y, muy particularmente, en el ámbito creyente. Sin ella, aparecen personas que viven engañosamente convencidos de que avanzan por un camino de conversión, siempre hacia adelante, sin errores; quienes viven sus fracasos en secreto, incluso ante sí mismos, por cultivar un ideal de perfección tan imposible, que sólo se sostiene sobre el autoengaño; jueces implacables de los fracasos de otros. Para la EI, es importante aprender a afrontar la inevitable vivencia de fracaso que también aparece en la vida en el Espíritu. Bien vivido, el fracaso pone al sujeto en la senda de la relación misericordiosa con uno mismo y con los demás.

Los fracasos, vividos adecuadamente, no tienen por qué conducir a la aniquilación de la persona y sus ideales. Dice el teólogo Ives Congar que el fracaso es un hecho ambivalente y que es nuestro particular modo de asumirlo lo que lo convierte en derrota definitiva o en punto de partida de un nuevo esfuerzo<sup>15</sup>. El anuncio evangélico es claro: para el creyente que se descubre traicionando su intención primera y deseando volver a intentarlo, el número de oportunidades es incontable, setenta veces siete (Mt. 18:21-35). El éxito, entonces, no está tanto en alcanzar un estado de perfección sino en no abandonar un camino de perfeccionamiento, progresiva identificación con Cristo, por la fuerza que da el agradecimiento por una misericordia inmerecida. Identificación que se traduce en un modo de habitar la realidad caracterizado por dejarse la vida, desvivirse, en la construcción del Reino; es la generatividad de la que habla Erikson<sup>16</sup> como signo de madurez personal. La medida de la generatividad no es el éxito personal sino el nivel en el que alguien se desvive por algo ajeno a sí mismo dejándose en ello sin sentir muerte sino paz, plenitud existencial, consuelo.

La Congregación General XXXII de la Compañía de Jesús comienza su Decreto 2 (*Jesuitas hoy*) diciendo: *¿Qué significa ser jesuita? Reconocer que uno es pecador y, sin embargo, llamado a ser compañero de Jesús*<sup>17</sup>. Nos permitimos reformular la frase para dejar claro qué deseamos subrayar: *experimentar que uno es llamado a ser seguidor de Jesús al tiempo que se descubre pecador (fracasante)*; una paradoja incómoda que ha de ser asumida como parte de la naturaleza humana. El misterio de la encarnación alberga un mensaje claro de parte de Dios: vivir en plenitud sólo se puede si se parte de la naturaleza humana sin censuras no desde un ideal antropológico idealizado e inalcanzable, lejos de todo intento de aparentar o toda fantasía de invulnerabilidad y de omnipotencia. Así lo dicta la experiencia de todo creyente desde los relatos evangélicos en adelante cuando asistimos a la vida de santos y santas que dedican su existencia a purificar sus intenciones y a pedir Gracia para superar sus limitaciones, muchas veces sin lograrlo, pero siendo ejemplares en no desfallecer por su incuestionable Fe. En la tradición espiritual cristiana, donde

---

<sup>14</sup> Más extensamente en: R. MEANA, "La experiencia subjetiva de fracaso y el coraje de ser", *Sal Terrae* 106, (2018), 199-212.

<sup>15</sup> I. CONGAR, *Visión cristiana del fracaso. Meditación teológica desde la sabiduría de la cruz* en J. Lacroix, *Los hombres ante el fracaso*, Herder, Barcelona 1970, 149.

<sup>16</sup> E. ERIKSON, *El ciclo vital completado*, Paidós, Buenos Aires 2008.

<sup>17</sup> *Congregación General XXXII de la Compañía de Jesús*, Razón y Fe, Madrid 1975, 45.

Ignacio de Loyola ocupa un lugar significativo, hay común acuerdo en partir de una concepción antropológica muy realista: nuestra naturaleza es la de un ser expuesto a vivir fracasos de todo orden, incluida la enfermedad y la muerte; el gran fracaso de un sistema biológico que aspira a un equilibrio y perpetuación que no logra alcanzar.

No nos gusta vernos impotentes ante lo que Teilhard de Chardin llamó ‘pasividades de disminución’<sup>18</sup> unas internas (defectos naturales, inferioridades físicas, intelectuales o morales), otras externas (el microbio o la palabra imperceptible que matan al cuerpo o infectan al espíritu.). Son pasividades que nos ubican como connaturalmente ‘fracasantes’. Sobre el papel, nadie discute que el ser humano es un frágil equilibrio, finito e imperfecto. Sin embargo, es paradójico que constantemente se nos invita a vivir -y nosotros lo aceptamos de buen grado- ‘como si’ no fuera así; la fantasía de invulnerabilidad omnipotente es un clásico humano al que acudimos una y otra vez a pesar de lo irracional que es. El reto del cristiano es vivir desde el realismo sin verse invadido por la angustia de la impotencia y sin perder esperanza acerca de la vida y las oportunidades del futuro. Ni existentes paralizados por el temor a fracasar, encaminados por la senda de una vida estéril ni insensatos aupados en un optimismo impostado que no es otra cosa que intento de huida de la realidad humana.

Para el creyente ignaciano, la vida digna consiste en no desfallecer ante el fracaso porque una mirada compasiva alimenta, desde el agradecimiento que produce, su coraje para levantarse setenta veces siete de otras tantas caídas. Mirada compasiva que, por cierto, procede de varios observadores: la mirada de Dios, la propia mirada sobre uno mismo y, también, *quasi* sacramentalmente, de la de un buen acompañante. Todo ello enseña al acompañado, a su vez, a mirar a otros así. Tenemos, por tanto, a alguien que reconciliado con sus *pasividades de disminución*, porta esperanza a los demás porque, sin caer víctima de autoengaños o de desánimos escépticos, afronta como ‘medio divino’<sup>19</sup> la fragilidad humana que se desvela en la incertidumbre, en la soledad que pesa, en el miedo, en la necesidad de otros, en la enfermedad o en el envejecer. Seguramente, no haya signo más contracultural que ser capaz de vivir así, fuerte en la impotencia; hace del creyente alguien significativo y amable (con la cualidad de ser amado). Es indicio de estar ante un honesto seguidor de Jesús de Nazaret, también de un posible acompañante si sus cualidades humanas se lo permiten<sup>20</sup>. Nada de esto es posible sin la vivencia de fracaso generativo.

#### **4. Vivencia de autoría en los procesos de cambio**

Nos interesa subrayar que la vivencia de autoría es mucho más nuclear para alcanzar la experiencia de plenitud existencial que los éxitos o la ausencia de fracasos, sin desdeñar totalmente la importancia de esto. En la concepción antropológica de la EI, no caben los ‘pesos muertos’, quienes esperan soluciones de parte de otros, sobre todo, organización para que ellos vivan descomprometidamente, sin esfuerzo o la posibilidad de error que conlleva implicarse. En la Iglesia contemporánea cada vez son más necesarias personas libres, autónomas, con iniciativa,

---

<sup>18</sup> P. THEILHARD DE CHARDIN, *El medio divino*, Alianza/Taurus, Madrid 1975, 52ss.

<sup>19</sup> P. TH. DE CHARDIN, *Ibid.*, 90ss.

<sup>20</sup> R. MEANA, “Formados, éticos y lúcidos. Consideraciones sobre el acompañante espiritual desde una perspectiva antropológica”: *Sal Terrae* 105 (2017), 885.

gran sentido de pertenencia, poco conformistas y profunda experiencia de Dios que construyan, proyecten y sean auténticos ayudadores de otros<sup>21</sup>.

En los procesos terapéuticos, donde se busca una transformación psíquica, uno de los elementos más importantes para alcanzar buen puerto es el nivel de responsabilidad que experimenta el sujeto sobre sus propios procesos de cambio<sup>22</sup>; el compromiso que la persona adquiere para buscar y hallar soluciones existencialmente satisfactorias para sus dificultades. En esto, ocupa un papel fundamental la voluntad, una función psíquica nada cultivada por el contexto sociocultural urbano occidental contemporáneo<sup>23</sup>. Es claro que nadie va a vivir la vida por uno mismo y que satisfacción vital no es un derecho sobrevenido como la sociedad de la sobreprotección y del *entitlement* tantas veces parece promover<sup>24</sup>. El proceso de determinarse, hacer uso de la voluntad intermediando la deliberación, es crucial porque ubica al sujeto ante la necesidad de pronunciarse y de asumir los *pros* y *contras* que su determinación conlleva; sentirse responsable de la propia vida implica asumir los inconvenientes que uno se puede encontrar en el camino y horizonte decididos. Evidentemente para esto es importante poder superar el vértigo ante la toma de decisiones que padecen muchas personas; además, con demasiada frecuencia, encontrar dificultades es tomado como un fracaso cuando, en realidad, sería lo esperable. Obviamente, hay que ser conscientes de que no es posible sostener un proyecto vital previendo la totalidad de los posibles inconvenientes que se van a encontrar, pueden surgir asuntos imprevistos y sorprendentes. Con todo, la tendencia contemporánea es a desanimarse ante la mínima dificultad, como si el proceso de deliberación se hubiera sustentado sobre una visión parcial, idealizada, del camino por el que ha de transitar para alcanzar el horizonte del sentido al que se apunta. Se impone, por tanto, un esfuerzo de realismo en la toma de decisiones que tome en consideración múltiples factores, incluida la finitud de la vida humana y la necesidad de no dilatar los procesos tanto como para que se haga demasiado tarde. Aquí radica la experiencia de autoría.

San Ignacio es muy lúcido en los *Ejercicios*. En el pórtico del proceso de elección, donde indudablemente es muy importante el inter-juego entre consolaciones y desolaciones (en último término reacciones emocionales), pide que el ejercitante sea capaz de llegar a decir ante testigos tan respetables como todos los santos, la corte celestial: *Eterno Señor de todas las cosas (...) quiero y deseo y es mi determinación deliberada que sólo sea vuestro mayor servicio y alabanza...etc.*” [Ej. 98]. Es decir, hay una invitación absolutamente inequívoca a un uso maduro de la voluntad, el rasgo humano esencial que nos hace libres, sabiendo que una persona no puede tomar decisiones fundamentales únicamente guiado por emociones. Asume que quien va a hacer elección de vida es alguien plenamente capaz de tomar decisiones de modo racional, consciente y deliberado; con capacidad de determinación. Sabe de la importancia de la vivencia de autoría de la propia vida, *en todo lo que es concedido a la libertad de nuestro libre albedrío, y no le está prohibido* [Ej 23] para alcanzar plenitud existencial pudiendo decir al final de la existencia algo así como: ‘hice con mi vida todo lo que pude desear hacer siendo quien soy’; eso sí, en la EI el proceso de deliberación y determinación ha de ir confirmado por las diversas mociones que

---

<sup>21</sup> Aludimos más extensamente a esto en: R. MEANA, “Formados, éticos y lúcidos. Consideraciones sobre el acompañante espiritual desde una perspectiva antropológica”, *Sal Terrae* 105 (2017), 879-893.

<sup>22</sup> Un referente científico clásico a este respecto es: J. O. PROCHASKA y J. C. NORCROSS, *Changing for Good*, Harper Collins, Nueva York 1995.

<sup>23</sup> En un tono muy divulgativo pero consistente: J. A. MARINA, *El misterio de la voluntad perdida*, Anagrama, Barcelona 1997.

<sup>24</sup> Ver: R. MEANA, “El sujeto resistente frente a los abusos: vivencia de dignidad y coraje de ser” en Meana, R. y Martínez, C. *Abuso y sociedad contemporánea. Reflexiones multidisciplinares*, Thomson-Reuters-Aranzadi, Madrid 2020, 160-183.

describe el propio Ignacio, con inmenso detalle, para que la decisión no sea un asunto personal, sino que se encuentre dentro del orden de la voluntad de Dios para sus criaturas.

El sujeto que desea avanzar por el camino propuesto por San Ignacio, ha de disponer de la capacidad probada de determinarse firmemente, construida sobre la roca de una deliberación iluminada por la Gracia que, minimizando sus puntos ciegos, proyecte y ordene a la persona en un propósito que tiña el resto de su existencia. Queremos insistir en que es importante darse cuenta de que, en el camino de conversión propuesto por la EI, no cabe verse guiado exclusivamente por reacciones emocionales y esto puede ser una dificultad del sujeto contemporáneo que habita un mundo donde los ‘provisionalismos’ al hilo de los estados emocionales dominan el ámbito de las tomas de decisiones.

Si no se cultiva la vivencia de autoría, nos encontraremos con personas aparentemente comprometidas con el proyecto de Jesús de Nazaret pero que, en realidad, están enganchadas a climas afectivos que cuando, inevitablemente, decaigan dejan a la persona abandonada en una complicada sensación de desprotección, sin plena conciencia de responsabilidad ante las elecciones realizadas, buscando otros espacios y compañías que cubran sus necesidades emocionales.

##### **5. *Vivencia de integración cuerpo espíritu.***

Las disociaciones que trae una carencia en esta experiencia existencial son un verdadero impedimento para adentrarse en la EI. En la psicología contemporánea no hay discusión sobre la unidad cuerpo-mente. Es claro que la dimensión psicológica y la somática son expresiones de una realidad antropológica compleja; basta con caer en la cuenta de que hay conflictos psíquicos que se manifiestan en sintomatología somática o de que resulta imposible comprender la realidad psíquica sin considerar aspectos orgánicos, no sólo del área neurobiológica sino de áreas tan insospechadas como el sistema digestivo<sup>25</sup>. Ya no es posible separar soma y psique, cuerpo-alma, mente-cerebro; el ser humano es una unidad extraordinariamente compleja y es importante no caer en la tentación de sobre-simplificarla, parcializándola, para tener la falsa sensación de que se comprende mejor<sup>26</sup>.

Ignacio propone un modo de vivir el cristianismo muy alejado de un espiritualismo desencarnado que busca una unión mística quietista, desestimando la dimensión somática del ser humano. Esto se puede observar principalmente en dos aspectos: por un lado, incluye elementos propios de la sensorpercepción (soma) en sus propuestas de encuentro con Dios; y, por otro, entiende que el cristiano es quien reúne experiencia trascendente con acción sobre la realidad. Para Ignacio, el creyente habita la realidad en cuerpo y alma, relacionándose con Dios con el corazón y con las manos, con la finalidad de contribuir a transformarla, colaborando en *la obra de la redención*<sup>27</sup>.

---

<sup>25</sup> Recientemente se han descrito evidencias de la muy muy directa relación entre la regulación de los estados de ánimo y el sistema nervioso intestinal con sus procesos bacterianos incluidos. J. APPLETON, “The Gut-Brain Axis: Influence of Microbiota on Mood and Mental Health”, *Integrative medicine (Encinitas, Calif.)*, 17(4), (2018). 28–32.

<sup>26</sup> Ver: P. LAÍN ENTRALGO, *Qué es el hombre: evolución y sentido de la vida*, Nobel, Madrid 1999. Hace un muy interesante recorrido por las filosofías, desde Aristóteles hasta Rahner para fundamentar la visión antropológica como unidad en la complejidad.

<sup>27</sup> P. ARRUPE, “El modo nuestro de proceder”, en *La identidad del jesuita en nuestros tiempos*, Sal Terrae, Santander 1981, 82.

Efectivamente, el autor de los Ejercicios propone un modo de contemplar novedoso: aplicando sentidos. Para él no hay vida en el Espíritu sin el cuerpo y por eso invita al ejercitante a sumergirse en la realidad evangélica *viendo el lugar [Ej 103], como si presente me hallase [Ej 114], trayendo los cinco sentidos [Ej 121]* para que, casi espontáneamente, vaya siendo capaz de ubicarse en su propia realidad física de modo semejante. Para este fin, Ignacio introduce un elemento que había sido mirado con enorme recelo tanto por los místicos como por la escolástica: la imaginación. Se trata de una función neurobiológica utilizada al servicio de dotar a la contemplación de un abanico de sensaciones que son propias de la sensopercepción física corporal y que impactan en el psiquismo como experiencia real de los sentidos<sup>28</sup>.

Encontramos otros momentos en los que Ignacio propone acudir a los sentidos físicos como medio para completar la experiencia de encuentro con Dios; por ejemplo, cuando en sus modos de orar propone hacerlo *sobre los cinco sentidos corporales [Ej 247]*; o cuando en las reglas para ordenarse en el comer pide que se *‘considere como que vee a Christo nuestro Señor comer con sus apóstoles, y cómo bebe, y cómo mira, y cómo habla; y procure de imitarle’*. [Ej 214]. Es un constante aludir a la dimensión somática como elemento esencial para una transformación personal que, evidentemente, trasciende los mecanismos psíquicos de identificación y no se puede terminar de comprender sin el encuentro místico. Sería interesante proseguir por esta vía, pero excede a lo que podemos trabajar aquí, bástenos con insistir en que Ignacio parte de una concepción antropológica unificada, muy compatible con un planteamiento aristotélico-tomista y realmente consistente con las concepciones antropológicas contemporáneas; algo bastante poco habitual para la época en los ámbitos de una práctica espiritual muy marcada por una tendencia a un esquema dualista (cuerpo y alma), seguramente porque siempre ha sido una simplificación más sencilla de comprender.

Por otro lado, la vida cotidiana del creyente ignaciano se sostiene en la afirmación de Ignacio: *(...) el amor se debe poner más en las obras que en las palabras [Ej 230b]*. Igual que no concibe a un seguidor de Jesús de Nazaret sin un conocimiento interno ganado a base de acompañar al Señor con la vista imaginativa [Ej 47, 91, 112, etc.] por los mismos caminos y los mismos encuentros que él tuvo, tampoco lo hace sin considerar la corporalidad y ésta al servicio de la construcción real y comprobable del Reino. Una verdadera unión mística que se traduce en actos concretos, compromisos eficaces, implicación personal que supone cambios tangibles y mensurales en el sujeto ignaciano al servicio de un mundo necesitado de compasión: *mirar el officio de consolar, que Christo nuestro Señor trae, y comparando cómo unos amigos suelen consolar a otros [Ej 224]*.

Abrazar, trabajar, disfrutar o sufrir con otros y por otros pueden ser también ‘vida espiritual’ si son ocasión de anuncio evangélico. El cuerpo y su acción sobre la realidad pueden ser sacramentales, signos visibles y palpables de la presencia de un Dios que es misericordia. Es la experiencia de tantos santos para quienes su relación con Dios provoca un vuelco de su mirada hacia la realidad creada para detectar inmediatamente qué es necesario hacer; caigamos en la cuenta de la cantidad de institutos religiosos que, a lo largo de la historia, han surgido impulsados por el carisma fundacional de asistir a las personas en sus diversas necesidades.

En el paradigma de la EI, el encuentro místico con Cristo no enajena a la persona desvinculándole de su terrenalidad sino, todo lo contrario; así como trabajar por un mundo justo no es seguimiento

---

<sup>28</sup> Sobre la imaginación, aplicación de sentidos, y la función de las neuronas espejo hemos dicho algo con referencias bibliográficas en: R. MEANA, “Más allá del propio amor, querer e interés [Ej 189]. Estudio desde una perspectiva antropológica”, *Manresa* 91 (2019), 143-158.

de Cristo si no se da un encuentro espiritual con la Palabra encarnada, tampoco una intensa vida de oración es, necesariamente, expresión de haber alcanzado altas cotas de encuentro con Dios pudiendo ser un gran autoengaño narcisista. Ignacio, es plenamente consciente de todo ello por eso su sistema de discernimiento tiene la potencia analítica que tiene, algo que las ciencias psicológicas del último siglo se han encargado de confirmar.

## BIBLIOGRAFÍA

- ABELLEIRA, C. y TOURIÑO, R., “Prevención de recaídas: Evaluación de la conciencia de enfermedad y la adherencia al tratamiento”: *Rehabilitación Psicosocial*, 6 (2009), 97-109.
- ARRUPE, P., “El modo nuestro de proceder”, en *La identidad del jesuita en nuestros tiempos*, Sal Terrae, Santander 1981
- BROMBERG, Ph., “Standing in the Spaces: The Multiplicity of Self and The Psychoanalytic Relationship”: *Contemporary Psychoanalysis*, 32, (1996), 509-535.
- Congregación General XXXII de la Compañía de Jesús*, Razón y Fe, Madrid 1975.
- CONGAR, I., *Visión cristiana del fracaso. Meditación teológica desde la sabiduría de la cruz* en J. Lacroix, *Los hombres ante el fracaso*, Herder, Barcelona 1970.
- DÍAZ, C., *La salud mental soy yo mismo, la enfermedad mental también*, Sinergia, Salamanca 2017.
- ERIKSON, E., *El ciclo vital completado*, Paidós, Buenos Aires 2008.
- FRANCISCO, PAPA, *Por qué nuestro único futuro digno debe incluir a todos*, TED-Talks 2017, en línea, <https://goo.gl/ONt8dU> (consulta el 12 de septiembre de 2020)
- FRANCISCO, PAPA, *Fratelli Tutti. Carta encíclica*, Mensajero, Bilbao 2020.
- LAÍN ENTRALGO, L., *Qué es el hombre: evolución y sentido de la vida*, Nobel, Madrid 1999
- MARINA, J. A., *El misterio de la voluntad perdida*, Anagrama, Barcelona 1997.
- MEANA, R., “Salud Mental, Compasión y la Vida Humana felizmente vivida”, *Sal Terrae* 104 (2016), 213-226.
- MEANA, R., “Formados, éticos y lúcidos. Consideraciones sobre el acompañante espiritual desde una perspectiva antropológica”, *Sal Terrae* 105 (2017), 885
- MEANA, R., “Formados, éticos y lúcidos. Consideraciones sobre el acompañante espiritual desde una perspectiva antropológica”, *Sal Terrae* 105, (2017), 879-893
- MEANA, R., “La experiencia subjetiva de fracaso y el coraje de ser”, *Sal Terrae* 106 (2018), 199-212.
- MEANA, R., “Las potencias del alma revisitadas. Pilares para una antropología ignaciana” en R. Meana (dir.) *El Sujeto. Reflexiones para una antropología ignaciana*, Mensajero-Sal Terrae-Comillas, Bilbao-Santander-Madrid 2019, 383-408.
- MEANA, R., “Más allá del propio amor, querer e interés [Ej 189]. Estudio desde una perspectiva antropológica”, *Manresa* 91 (2019), 143-158.
- MEANA, R., “El sujeto resistente frente a los abusos: vivencia de dignidad y coraje de ser” en Meana, R. y Martínez, C. *Abuso y sociedad contemporánea. Reflexiones multidisciplinares*, Thomson-Reuters-Aranzadi, Madrid 2020, 160-183
- NIETZSCHE, *Así habló Zaratustra*, Alianza, Madrid 2011.
- ORTEGA Y GASSET, J., “Sobre el concepto de sensación” en *Obras Completas*, I, Madrid 1966, 256ss

- PROCHASKA, J.O. y J. C. NORCROSS, J. C., *Changing for Good*, Harper Collins, Nueva York 1995.
- STERN, D., *The interpersonal world of the infant*, Basic Books, Nueva York 1985.
- P. THEILHARD DE CHARDIN, P., *El medio divino*, Alianza/Taurus, Madrid 1975.
- TRIANTAFILOU, M., *The imperfection of perfectionism*, 2019, en línea, <https://www.sliconnect.org/the-imperfection-of-perfectionism/> (consulta el 15 de septiembre de 2020).