

El secreto de los Ejercicios Espirituales

Estos son un instrumento para conocer la voluntad de Dios y ajustarse a ella. Sirven para iniciarse en el discernimiento de los espíritus y conocer más a Jesús y su misión, pero sobre todo para hacer elecciones.

Son un conjunto de recomendaciones e instrucciones que nos ayudan a descubrir la voluntad de Dios y tomar las decisiones que conduzcan a cumplirla. Son una mística orientada a la acción.

☺ Uno es el fin de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio y otros son los medios que hacen posible que tal fin se cumpla. El sistema de medios de estos Ejercicios es tan amplio y complejo que es perfectamente posible que tanto quien los hace como aquel que los da, se pierdan. Este artículo quiere dar una orientación certera, a uno y a otro, acerca del fin. Por esto se habla de «secreto». Se trata de atinar con lo fundamental.

El secreto de los Ejercicios Espirituales de san Ignacio puede desmenuzarse en las siguientes afirmaciones:

Los Ejercicios espirituales son un método para tomar decisiones.

- Los Ejercicios espirituales son un método para decidir *hacer lo que uno quiere*.
- Los Ejercicios espirituales son un método para decidir *hacer lo que Dios quiere*.
- Los Ejercicios espirituales son un método para hacer coincidir lo que *uno quiere* con lo que el *Creador quiere*.
- La tarea del director de Ejercicios es poner en contacto a la *creatura* con su *Creador*.

Tesis teológica fundamental

La tesis teológica fundamental de estas afirmaciones consiste en creer que el *Creador* quiere la realización de su *creación* y de cada una de sus *creaturas*, consideradas en su originalidad. En el caso del ser humano, hemos de creer que Dios desea que este cumpla libremente el plan que tuvo al crearlo. Si Dios nos creó libres, sería absurdo que, para llevarnos a nuestra plenitud, nos impusiera la felicidad. Esta felicidad solo Dios puede lograrla, pero no lo hará en contra ni a pesar nuestro, sino con nosotros, respetando nuestras decisiones y dándonos la gracia necesaria. Sabemos, por lo demás, que contaremos con

Jorge Costadoat S.J.

ITER – Instituto de Teología y Estudios Religiosos, Universidad Alberto Hurtado

Él una vez más si nos equivocamos, y sabemos que nos equivocamos infinitas veces.

Por tanto, debe afirmarse la posibilidad de sintonizar, sincronizar y llegar a coordinar la voluntad del *Creador* y sus *creaturas*, a efecto de lo cual las personas deben inventar herramientas para hacerlo. Los Ejercicios Espirituales de san Ignacio son exactamente esto: un instrumento para conocer la voluntad de Dios y ajustarse a ella. Los Ejercicios sirven para muchas cosas: para aprender a rezar, para iniciarse en el discernimiento de los espíritus, para conocer más a Jesús y su misión, pero todo esto es secundario en relación a hacer elecciones. Lo fundamental es que son un conjunto de recomendaciones e instrucciones para descubrir la voluntad de Dios y tomar las decisiones mayores y menores que conduzcan a cumplirla.

La mística ignaciana consiste en unirse a Dios mediante una obediencia a su voluntad: es una mística, a diferencia de otras, orientada a la acción¹. Los Ejercicios constituyen medios ascéticos que hacen *indiferentes* para tomar decisiones correctas. Ellos no aseguran a los ejercitantes el éxito de las decisiones tomadas. La consolación final que acompaña a una decisión correcta —consolación, paz o serenidad que tendría que darse en la cuarta sema-

¹ EE.EE. 109, 130, 233, 363.

Fecha: 12-02-2026
 Medio: Revista Mensaje
 Supl.: Revista Mensaje
 Tipo: Noticia general
 Título: **El secreto de los Ejercicios Espirituales**

Pág.: 43
 Cm2: 467,8
 VPE: \$ 577.714

Tiraje:
 Lectoría:
 Favorabilidad:

Sin Datos
 Sin Datos
☐ No Definida

na, si no antes— atañe a la elección o elecciones que han ido trabajándose a lo largo de un mes, de más meses o de algunos días. Pero —hay que tenerlo en cuenta— unos Ejercicios bien hechos no garantizan para nada que al ejercitante «le irá bien» en lo sucesivo. A Jesús el acto de discernimiento en el Huerto de los Olivos le salió caro; hizo la voluntad de su Padre, pero ello le costó la vida.

Liberación de la libertad humana

Las decisiones que los Ejercicios ayudan a tomar pueden ser grandes o pequeñas. Una decisión mayor podría ser ingresar a la vida religiosa, divorciarse o cambiar de trabajo. Decisiones menores son, por ejemplo, las que un ejercitante se propone para «ordenar» su vida año a año.

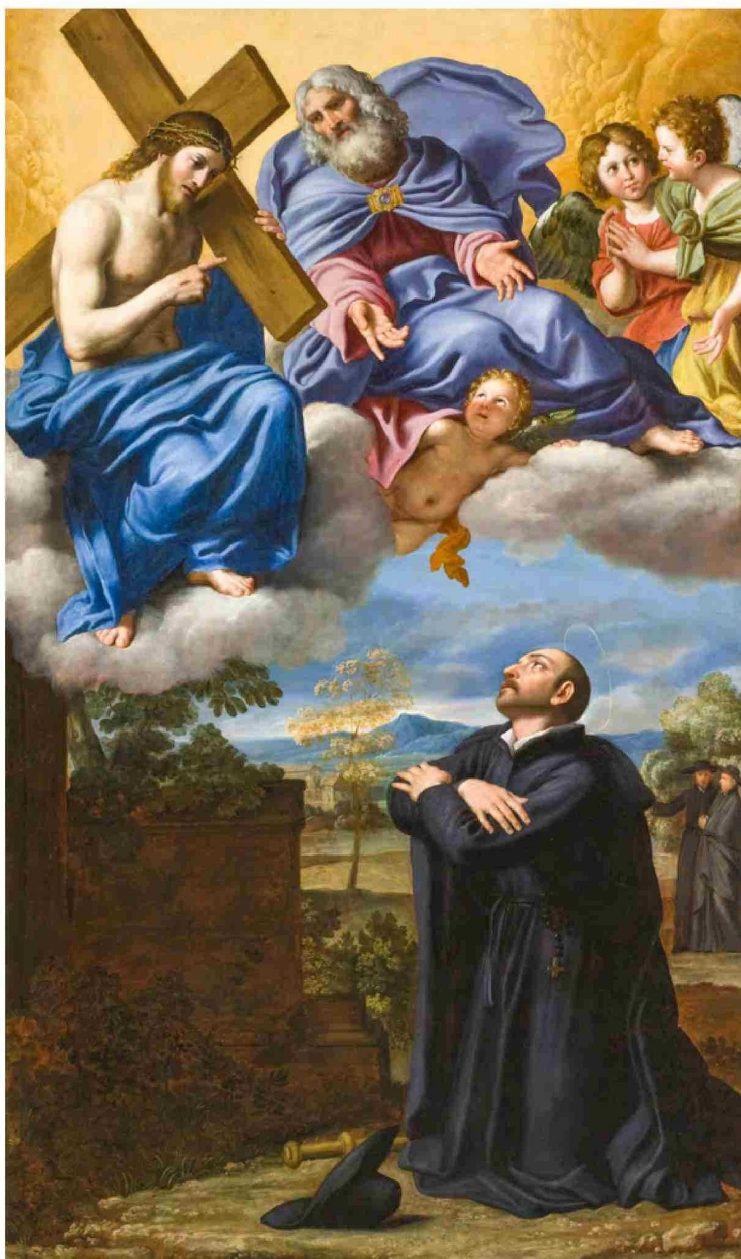
En el *Principio y Fundamento* (EE. 23) de los Ejercicios está muy claro aquello que se pretende. Se parte de la base de que el ser humano ha de llegar a *alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor* voluntariamente, a efectos de lo cual debe entrar en un proceso de liberación, pues su libertad es tan solo en teoría. En los hechos, existe en nosotros una serie de apegos conscientes e inconscientes que impiden o entorpecen la posibilidad de hacer libremente aquello para lo cual *somos criados*. Los seres humanos nacemos libres en abstracto. En concreto, esta libertad —que, por cierto, algunas personas nunca llegan a tener y que nadie tiene, por ejemplo, cuando duerme o se encuentra bajo los efectos del alcohol— es un producto de quienes nos han educado y de nuestros esfuerzos por superarnos.

Los Ejercicios son una mistagogía, a saber, una introducción ayudada por un mistagogo, un experto o sabio, en el misterio de la voluntad del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Ningún director(a) sabrá lo que, en la intimidad, el *Creador* y su *creatura* decidan hacer. La labor del o de la acompañante es facilitar esta conversación, nunca intervenir ni interferir.

La liberación como superación de desórdenes y toxinas

San Ignacio, en los Ejercicios, supone que el ejercitante no sabe de buenas a primeras lo que le conviene y ha de hacer. Puede creer saber lo correcto y estar equivocado, o hallarse confundido. Hay tres factores impiden ver con claridad.

Uno es el pecado. Las personas somos víctimas del pecado ajeno, pero también del propio. La concupiscencia hace presa de nosotros. Esta no es un pecado, pero inclina a pecar. Es resultado del pecado cometido por uno(a) mismo(a). Quien peca queda mal parado, se desordena y se desenfoca, «la embarra» y se embarra. Otro no es pecado: otros nos han infligido un daño, nos dieron un golpe, nos dejaron maltrechos, nos hicieron vengativos, acomplexados, timoratos o desconfiados. Con el «disco rayado», podría decirse, no hay cómo hacer verdaderamente los Ejercicios. Tercero: los límites propios



Representación de la Visión de La Storta por Domenico Zampieri.

de nuestra naturaleza. San Ignacio diría que se requiere *subjetivo* para hacer los Ejercicios, y no todos lo tienen.

Además, existe un pecado ambiental. En una ciudad contaminada, las personas inhalan y exhalan aire sucio. En una cultura machista, clasista o racista, por ejemplo, las personas pueden ser personalmente inocentes de comportarse de un modo machista, clasista o racista, pero igual hacen daño. Dios cuenta con que, como viajeros por la vida, Él no nos puede pedir hacer su voluntad de un modo incontaminado. A veces, incluso, una elección puede consistir en elegir un mal menor.

Aparte de este pecado cultural o ambiental —en el que se incurre sin culpa alguna—, el ejercitante debe llegar a ser libre. Nuestra libertad es una paradoja. No sería tal si no dependiéramos de factores físicos, químicos, psíquicos, educacionales, sociales y políticos; e incluso del amor que recibimos y necesitamos. Ninguna de estas dependencias debiera impedir ir más lejos; pues una persona no es reductible a los factores que han generado su libertad. Somos lo que hemos llegado a ser, a pesar y en contra de nosotros mismos. Es que, aun cuando somos víctimas de nosotros mismos, podemos también cortar amarras y, de un modo consciente, discernir y pasar a la acción superadora.

¿Cuál es el camino de la liberación? ¿Cuáles son las huellas o señales para enrumbarse?

Jesús es el camino y el criterio

Los Ejercicios, como método, son un sistema que ayuda a encontrar la voluntad de Dios. Pero hablar de esta es abstracto. El cristianismo exige adentrarse en el misterio de la Encarnación: Dios ha puesto a su Hijo hecho hombre, a Jesús muerto y resucitado, como la única vía que realmente conduce al ser humano a su plenitud². El conocimiento de Jesús es básico para entender cómo Dios nos atrae hacia sí.

Durante los Ejercicios es necesario que el ejercitante conozca la vida de Jesús, su proyecto histórico, sus palabras, sus acciones, las razones de su ejecución en el Gólgota y los episodios que narran las experiencias que los primeros discípulos tuvieron del resucitado. Los Ejercicios ilustran la fe de los ejercitantes con los episodios evangélicos. Estos debieran llegar a ser un poco más cultos en su cristianismo.

Pero los saberes teóricos no son lo fundamental. Bien pudiera una persona que no tiene fe saber infinitamente más de cristología que cualquier cristiano. Esto no hace de ella un cristiano. El director de Ejercicios debe atajar rápidamente a las personas que creen que los Ejercicios sirven para hacer reflexiones intelectuales interesantes. Lo decisivo es alcanzar un *conocimiento interno* de Jesucristo. Este tipo de conocimiento —afectivo, amoroso, intuitivo, interior, incomparable— es obra del Espíritu del Señor, que introduce al ejercitante en el misterio pascual. El ejercitante ha de entrar en la Pascua gracias al Espíritu.

Tampoco es cristiano un admirador de Cristo, como lo fue Gandhi. Se es cristiano en la medida que el Espíritu hace participar de su misión. El Espíritu reveló a Jesús que Dios era su Padre (Abbá) y le enseñó en qué habría de consistir su Reino. Él tuvo que escrutar la voluntad de Dios. Por esto, los primeros cristianos supieron que Jesús es el camino verdadero y, resucitado, la vida en plenitud. El conocimiento interno de Jesús que el o la ejercitante debiera lograr, es decisivo. Nuestra libertad necesita empatizar espiritualmente con Jesús para liberarse de todo tipo de

ataduras, y elegir lo que Dios ha elegido para él o ella en su Providencia. La ilustración sobre Cristo (cristología) y el conocimiento interno de Jesús (intuición e instinto de Cristo) constituyen, si se ha de decidir o elegir, el gran criterio de discernimiento. Por su parte, el Espíritu moverá al ejercitante, a través de emociones, a seguir a Jesús de un modo único.

La conducción interior del Espíritu

Si Jesús, el camino, concretó la voluntad de Dios de una vez para siempre, el Espíritu de Cristo resucitado lo hace en el ejercitante aquí y ahora. Es una gracia muy estimable entender que el Hijo —como lo vivieron San Pablo, san Ignacio, las santas Teresa y Teresita, Juan de la Cruz y Francisco de Asís— se encarnó y murió *por mí*. En la contemplación de la Encarnación, Ignacio recomienda al ejercitante: *demandar conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga* (EE. 104)³. Cada persona es original para Dios, porque el Creador no se repite, crea y quiere el mayor despliegue de sus creaturas. Quien capta el *por mí*, no necesita nada. Solo Dios y su amor le *bastan* (EE. 234). El Espíritu, la gracia de Dios, será suficiente en el camino que el ejercitante tendrá que inventar en su vida, tomando las decisiones que vengan al caso, paso a paso.

«El Señor hizo «en mí» grandes cosas», dijo María. En ella, la mujer de Nazaret, y no en otra. Dios hizo entrar anticipadamente a la Inmaculada, María, en el misterio pascual de su Hijo. Ella acogió la invitación del Espíritu. No se equivocó, aunque nunca supo, pero seguramente intuyó, que «una espada le atravesaría el alma». La índole dramática de la Anunciación incoaba la muerte trágica de Jesús. Requirió fe de la Virgen. En la Asunción, su propia humanidad alcanzó la plenitud; ella, que como maestra enseñó en Nazaret a Jesús a ser hondamente humano, llegó a los cielos recompensada por haber sido su discípula. No es extraño que las personas descubran a María en los Ejercicios. Ella, con su experiencia originalísima de Dios, les introduce en la intimidad del Hijo.

El o la ejercitante es llamado por Dios a poner en el cosmos algo único. De su decisión depende arriesgar, en vez de enterrar, un talento que solo él tiene. Para llegar Dios a reeditarse como amor, Él requiere que cada una de sus *creaturas* ame con creatividad. En los Ejercicios, las personas cuentan con sus propias vidas, con sus experiencias pasadas buenas y malas para ser protagonistas —y no personajes de reparto— de una nueva vida, un nuevo nacimiento, tan querido por Dios como por ellos mismos.

Participación en la misión de la Iglesia

Así como la Iglesia es la responsable de ejecutar en el tiempo la misión que Cristo le ha dado de llevar a la humanidad a su realización personal y colectiva, en algún

Fecha: 12-02-2026
Medio: Revista Mensaje
Supl.: Revista Mensaje
Tipo: Noticia general
Título: El secreto de los Ejercicios Espirituales

Pág.: 45
Cm2: 444,9
VPE: \$ 549.426

Tiraje:
Lectoría:
Favorabilidad:

Sin Datos
Sin Datos
☐ No Definida

sentido y grado el ejercitante ha de localizar sus decisiones en esta misión. Este ha de abrirse al modo como su Iglesia interpreta en los signos de los tiempos el quehacer de Dios y participar en su escrutinio. Es fundamental *sentir con y en la Iglesia* (EE. 352-370) y esforzarse por casar su cristianismo en el *sensus fidelium* del Pueblo de Dios. Sea que se incorpore a la vida religiosa, que contraiga matrimonio, que cambie de trabajo o que parta a vivir al Tíbet, el cristiano o cristiana ha de dar testimonio del Evangelio como miembro de este Pueblo.

La Iglesia, por lo mismo, es la cura del individualismo religioso. El cristianismo consiste en hacer coincidir la voluntad propia con la del Padre de Jesús en virtud del Espíritu. Pero es el Pueblo de Dios quien controla y confirma que determinadas decisiones estén bien tomadas, o simplemente inspira un estilo evangélico acorde con los tiempos. Es fácil equivocarse. Los Ejercicios suministran una batería de criterios para no errar. Pero es la Iglesia, a modo de representante del cristianismo, la que discierne si una vocación es tal o si es una mera ilusión. Si la humanidad entera requiere que cada ser humano acierte en lo suyo. En el caso de los cristianos, el Pueblo de Dios contribuye a poner a las personas, con la creatividad que les es propia, en el lugar que les corresponde. No hay mejor manera de *hacer lo que uno quiere* que hacerlo gracias y en su Iglesia.

Un ejemplo. Hoy la Iglesia, tras discernir los signos de los tiempos, estima que la humanidad enfrenta un desafío enorme e inédito: ha de revertir el curso a la catástrofe ecológica y medio ambiental. El papa Francisco en *Laudato si'* y *Laudate Deum* ha hecho un llamado angustioso a una conversión ecológica. Por esta razón, ningún cristiano o cristiana puede eximirse de integrar en la definición de su modo de vida las recomendaciones que a este respecto le da el Papa. Sería extraño que el Espíritu que llama a esta conversión comprometa a unos y exima a otros, pudiendo alguien remar en contra. A cada uno el Espíritu pide una contribución original. Pero no lo hace desordenadamente, sino de un modo consistente con el cuidado de Dios por su creación. Si alguien en los Ejercicios decide casarse, elija con su pareja un estilo de vida menos contaminante, no consumista. Digámoslo así.

Conclusión

Los animales coinciden automáticamente con la voluntad de Dios. El cosmos está sincronizado con su *Creador*. El ser humano, en principio, quiere lo mismo que Dios quiere. En principio, pues debe decidir hacerlo mediante el ejercicio de su libertad.

El amor de Dios es la razón de ser del universo. La humanidad, amando el universo como si este fuera creación de Dios, sintoniza con todos los seres vivos e inertes. Y de esto se trata. Pero, para lograrlo, debe librarse de la avidez de convertirse en propietario de lo que

Así como la Iglesia es la responsable de ejecutar en el tiempo la misión que Cristo le ha dado de llevar a la humanidad a su realización personal y colectiva, en algún sentido y grado el ejercitante ha de localizar sus decisiones en esta misión.

no le pertenece y reconocer las tentaciones que lo mueven a apoderarse de lo que no se merece. Sabemos que las personas aman desordenadamente.

Los Ejercicios espirituales facilitan el encuentro entre el *Creador* y *creaturas* que, como el Hijo de Dios encarnado, aman con libertad. El camino es largo. Los cristianos(as)—y para esto sirven los Ejercicios—deben llegar a *no poder sino hacer la voluntad de Dios*. En un cristiano que ha llegado a la perfección posible en este mundo, libertad y obligación coinciden.

La alabanza de Dios de la *Contemplación para alcanzar amor* (EE. 230-237), al término de los Ejercicios, ejecuta el *Principio y fundamento*. Dar gloria a Dios no menoscaba a la humanidad, no la aliena, no la esclaviza. La *mayor gloria de Dios* constituye, por el contrario, su *salvación* (EE. 189)*, a saber, la mejor manera de llevar a la práctica lo que las personas quieren en el fondo de los fondos y están dispuestas a conseguirlo, cueste lo que cueste. M

2 No nos detendremos aquí en explicar cómo se entiende que Cristo sea, según la Iglesia, el «único» mediador de la salvación. Es este un tema de gran actualidad, incluso para los EE.EE., pero tratarlo quitaría atención a lo que este artículo quiere subrayar.

3 En otro lugar: «El segundo pedir lo que quiero; será aquí pedir conocimiento interno de tanto bien recibido, para que yo, enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad» (233).

4 Sobre la mayor gloria de Dios—el famoso *Ad maiorem Dei gloriam*—pueden consultarse los números 16, 157, 167, 179, 180, 185, 240, 351, 339 de los Ejercicios.