

## CUANDO DIOS PARECE CALLAR...

### ¿CÓMO SEGUIR ORANDO Y SER FELIZ?

#### Plática – 2025

“Yo era un infeliz...”.

Antes de la conversión de toda persona -me incluyo, obviamente-, siempre podemos decir eso, que nos faltaba **felicidad verdadera**. Por eso, si nos falta felicidad, ¿qué mejor que estos ejercicios?.

Lo que vamos a tratar de hacer en esta tercera plática es mostrar la relación que hay entre la conversión -por tanto entre la felicidad verdadera-, y la oración.

Comenzamos con esta tercera plática en la que voy a tratar de transmitirles una idea fuerte: **hay que rezar**, tenemos que rezar. Sin oración no pasa nada en la vida espiritual, no hay conversión, no hay acercamiento a Dios, no hay nada. San Alfonso María de Ligorio decía «no hay gente fuerte y gente débil en lo espiritual, hay gente que no reza y gente que sí sabe rezar», punto.

La idea que quiero que les quede en esta plática es que tenemos que **perseverar en la oración** en todos los ejercicios. ¡Terminarlos!, seguir, seguir y seguir. Porque si uno persevera se aprende todo esto que vamos diciendo, se hace carne, se profundiza, se hace vida en la medida que rezamos, en la medida que perseveramos.

Estamos en Cuaresma, ¿que le vamos a dar al Señor?, démosle esta hora de meditación. Es decir, estamos todavía haciendo pláticas, las pláticas las escuchamos y se pueden meditar después -siempre es bueno-, son cosas que tienen por supuesto su profundidad, pero podemos hacer esta plática (45 minutos, 50, lo que sea), y ya está, ya cumplimos con el ejercicio. Mañana los puntos de meditación van a ser 35 minutos -por ahí-, y después tenemos media hora de meditación personal, que se puede hacer en distinto momento del día, como cada uno vea.

Vamos a dar a partir de mañana una meditación guiada que puede ayudar. Yo lo que les pido por favor, les pido encarecidamente, ¡les suplico!, es que continúen con los ejercicios. Si un día no pudieron, ¡no importa!, perder un día..., (a veces hay gente que dice “no pude un día”, “no pude dos”, incluso va a llegar un momento de los ejercicios que vamos a dar una lista de las meditaciones más importantes, cuáles pueden no estar, y para que si algún día se pierden alguna importante la hagan después, y no hagan alguna que no es tan importante. Según el esquema de San Ignacio hay prioridades, de hecho estos ejercicios de cuaresma que están haciendo ahora se repiten en noviembre y son de menos días, y los mismos se hacen muy bien.

San Ignacio pensó estos ejercicios para hacerlos en retiro durante 30 días, después son todas adaptaciones, entonces ¡nada de que perdí un día!, acuérdense, “lo mejor es enemigo de lo bueno”. “Noo, porque un día no pude, porque dos días no pude, porque tres días no pude...”, ¡es toda la cuaresma y un poco más!, porque en definitiva la cuaresma termina en Domingo de Ramos y tenemos que llegar hasta Pascua.

Bien, ¡vamos, que se puede!, ¡hay que perseverar!, seamos capaces de darle a Dios una hora todos estos días. Y repito, un día que fallamos ¡no importa!, no importa.

Entonces la idea -repito, repito, repito-, que les quede es que **recemos**, que hagamos lo que está dentro de nuestra parte. Sin oración no hay fruto alguno. Ejemplos tenemos de los santos, ¡todos los santos!

### Gracias especiales

San Ignacio de Loyola -hemos visto otras veces-, aquí en Manresa, (yo estoy en Manresa España, en la parroquia aquí). Tengo la Santa Cueva -el lugar icónico donde él escribió los ejercicios- acá a 10 minutos caminando. Él aquí recibió gracias especialísimas.

Él decía que lo trataba Dios como un maestro a un niño, enseñándole, y dice: «algo de esto lo puedo referir por estas cinco cosas», (“algo...”, ¡había más!), y una es que tuvo una visión de la Santísima Trinidad que lo dejó llorando de emoción, de consuelo toda la mañana y toda la tarde no podía sino hablar de la Santísima Trinidad, y comenzó a escribir un libro sobre la Santísima Trinidad.

Después tuvo una visión de la creación del mundo; se le apareció a Jesús, él dice «si digo 20 o 40 veces puede ser, porque no las conté». Alguna vez también se le apareció a la Virgen; vio a Jesucristo presente en el Santísimo Sacramento de manera milagrosa -impresionante-.

Y después de contar eso, dice «todas estas cosas me han dado tanta seguridad sobre la fe que muchas veces he pensado en mi interior, que si no hubiese escritura (si no hubiese revelación), yo estaría dispuesto a dar la vida por aquellas cosas que el Señor me enseñó en Manresa». Imagínense, Dios le dio todo el Evangelio, le enseñó todo lo más importante, porque daría la vida -y cuando él dice eso lo dice de verdad, no como nosotros podemos decir- y había contado cuatro, dije que son cinco, entonces la quinta -como hago cuando se hacen visitas aquí la leo, porque es impresionante-, llamada “la Eximia Ilustración del Cardoner”, dice él:

«una vez iba por su devoción a una iglesia que estaba a poco más de una milla de Manresa, que creo yo que se llama San Pablo», (efectivamente se llama San Pablo, todavía se puede visitar), «y el camino va junto al río, y yendo así en sus devociones se sentó un poco con la cara hacia el río, el cual iba hondo», (hay dos caminos, uno que iba más cerca del río, otro más arriba pero paralelos, estaba en el de arriba, bajó un poquito, había una cruz cerca y se sienta y mira al río que iba hondo, entonces dice: ) «y estando allí sentado se le empezaron a abrir los ojos del entendimiento, y no que viese alguna visión sino entendiendo y conociendo muchas cosas tanto de cosas espirituales como de cosas de la fe y de letras», (todo aprendió), «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 hasta pasados 62

años coligiendo todas cuantas ayudas haya tenido de Dios y todas cuantas cosas ha sabido, aunque las ayunte 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 antes tenía»<sup>1</sup>.

Llamada ésta la “eximia ilustración del Cardoner”. Bien esta eximia ilustración de San Ignacio es una gracia impresionante como las otras cuatro que conté (y hay más que no las cuenta, porque dice “algo de esto”).

### **Su docilidad**

Sin duda que tuvo gracias especialísimas San Ignacio, pero no olvidemos que él hacía ya unos 6-7 meses que venía rezando siete horas de rodillas por día todos los días y una a la madrugada. Se levantaba a la noche a rezar. Y eso en medio de todo un tiempo de oscuridades, de pruebas muy grandes, de escrúpulos, y siguió, siguió, siguió, siguió. Si, la gracia de Dios actuaba en él, pero él era dócil.

Es cierto que podemos nosotros hacer hincapié -y de hecho muchas veces lo hacemos- que los santos ejercicios son obra más de Dios que de San Ignacio y de la Virgen también que lo ayudó, como él mismo dio testimonio ¡por supuesto!, pero el instrumento humano que es él y su libertad cooperaron magníficamente.

Entonces no nos olvidemos, uno dice “¡Guau! ¡que gracia que recibió San Ignacio!, ¡que afortunado, que predilecto!, ok, todo lo que quieran, pero él rezaba siete horas de rodillas por día. Es cierto que después no lo hizo toda la vida, pero lo que vio que Dios le pedía ahí lo hizo.

Entonces no esperemos nosotros grandes luces del Espíritu Santo, grandes consolaciones si no rezamos y ¿siete horas de rodillas por día? No, les estoy pidiendo que hagan una horita por día, que perseveren, ¿no vamos a poder perseverar 50 días?, ya lo dije son 50: 40 y hasta la Pascua son siete más, (semana santa) y tres más para terminar. ¿No vamos a poder?, ¿no vamos a poder?.

A mí a veces me da un poco de vergüenza -por mí- ver cómo triunfan los del mundo, buscan hacer tal cosa... ¿cómo?, ¡qué perseverancia para adquirir algo totalmente humano, para un triunfo humano, para ganar dinero!, y nosotros ¿no vamos a hacer lo mismo para ser santos?.

En fin, esa es la idea, ¡hay que perseverar! A nadar se aprende nadando, a caminar se aprende caminando, a hablar se aprende hablando (y escuchando también) bueno, etcétera, a rezar se aprende rezando.

Entonces si ustedes hacen todas las oraciones, es decir perseveran en esta oración hasta que termine los ejercicios, ¿ustedes aprendieron a rezar? ¡seguro!, ¡absolutamente seguro!, ¿por qué? porque no se puede no aprender a rezar si estuve rezando, no se puede, y si me leí todas las técnicas de oración de todos los santos y no perseveré, no aprendí nada.

---

<sup>1</sup> Autobiografía 30.

En la vida de todos nosotros siempre podemos dar testimonio y si no, si hay algunos jovencitos o jovencitas que todavía no, sépalo de parte de nosotros los más grandecitos, que **todo está en la oración**.

La familia que reza unida permanece unida, decía el padre Peyton, y mandaba a la familia a rezar el rosario. ¡Cuántas familias, cuántas familias que han permanecido unidas gracias a la oración!, en mi caso el testimonio de mi familia, el testimonio de mis padres, rosario todos los días, testimonio de ellos, el rosario. ¡Cuántas familias, cuántas!, la tuya, otra.

Y en el caso mio, personal, mi vida cambió, hice ejercicio a los 15, (me hice un remolón un poco ahí, -mal de mi parte, obviamente-), pero cuando terminé siguiendo la entrada al seminario, ya cerca más de los 18 terminando la secundaria, el gran cambio fue que después de los ejercicios, de mis segundos ejercicios, empecé a hacer visitas al Santísimo todos los días, todos los días, todos los días, con un librito muy bonito, un clásico, «Visitas al Santísimo Sacramento de San Alfonso María Liguori», a la Virgen y a San José, esas tres visitas tres por día.

Pero el cambio fue ahí ante la Eucaristía, que si pueden mejor, pero si no se puede, lo importante es hacer oración, y es lo que vamos a hacer ahora, estos días vamos a rezar.

Los ejercicios son una escuela de oración.

En 1989 la Congregación para la doctrina de la fe sacó un documento, «*Carta a los obispos de la Iglesia católica sobre algunos aspectos de la meditación cristiana*», para mostrar que el yoga y todas esas cosas tienen de meditación lo que yo tengo de caperucita roja, (ya hemos hablado de esto antes, así que no lo voy a repetir). Es decir que no tiene **nada** que ver una cosa con la otra. El santo más nombrado en ese documento es San Ignacio, ¡cinco veces!, gran maestro de oración.

Y la oración de San Ignacio tiene la particularidad de que es bien práctica, es decir cada santo con sus genialidades, pero hay un campo de la espiritualidad que lo domina San Ignacio, porque la Iglesia así le ha dado el dominio por todas las veces que ha refrendado los santos ejercicios (más de 600 veces en estos 500 años), y por nombrarlo “celestial patrono” Pío XI a San Ignacio ya terminando la década del 20. “Celestial patrono” de los santos ejercicios y de todas las casas de ejercicios, de todas las órdenes que dan ejercicios, etcétera, bueno hay un campo ahí que -por así decirlo- lo domina él.

Entonces es un gran maestro, y tiene como particularidad de ese ser maestro de oración el hecho de llevarnos a la práctica. Es decir, si hacemos bien la oración según San Ignacio, no vamos a quedar como en el aire y decir “bueno a ver... voy a ser bueno, quiero ser santo...”, no, no, no, no. A ver ¿qué significa en mi vida concreta ser santo, ser bueno?, eso es lo que San Ignacio nos va a ir indicando y nos va a ir ordenando todas las cosas que él va haciendo en los ejercicios con una delicadeza exacta. Tiene, -como si fuera un cirujano-, una precisión única del tema psicológico y espiritual, todo en orden a que recemos mejor.

## Consejos

Entonces yo por un lado voy, en lo que queda de esta plática, a hablarles de algunos consejos que da San Ignacio antes de la oración y alguno que otro después, que lo tienen

que aplicar mutatis mutandis cada uno pueda en su realidad y después qué nos aconseja él para hacer oración.

Pero vuelvo a decir lo más importante aquí es que termine esta plática y digan “¡voy a hacer todos los días!, y si me falla un día, no voy a dejar los ejercicios por eso”, ojalá puedan.

Ya vamos a dar a la lista -pasa que no queremos ir adelantando temas, San Ignacio recomienda no hacerlo-, pero para que puedan ir tildando, (aunque sea lo vamos a mandar en blanco), tal día tal meditación, un día otro día ¡vamos!, ¡vamos que se puede, vamos que se puede!. Además que somos un cuerpo, si yo hago el esfuerzo también estoy ayudándole a otro, porque somos la comunión de los santos y si yo no lo hago no le estoy ayudando a otro.

Entonces San Ignacio para la oración nos recomienda algunas cosas que yo voy a empezar diciéndolas en general.

Ayer nos explicó sumamente bien Monseñor Reig Pla todo lo que es el título de los ejercicios, «Ejercicios espirituales para dar la vida a Dios», para lo que es el vencimiento de uno mismo, no hay nada que agregar a eso por supuesto.

Simplemente yo voy a citar, porque el libro de los ejercicios él citó el número [21] donde está el título. Está el título en el párrafo [21] porque es un libro que no está hecho para leerlo, sino para hacer los ejercicios, y para que alguien te dé los ejercicios. No es un libro para leer sí o sí.

Entonces en el número [1] no está el título, sino algunas anotaciones.

En la primera anotación dice así:

*1ª anotación.* La primera anotación es que, por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la consciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones, según que adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales, por la misma manera todo modo de preparar y disponer el ánima, para quitar de sí todas las afecciones desordenadas, y después de quitadas para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánima, se llaman ejercicios espirituales.

Esto está en un castellano antiguo, pero no dejamos de usarlo, porque es autógrafo de San Ignacio, entonces tiene la fuerza de que son sus palabras tal cual, y total somos hispanoparlantes, podemos entender esto, además que cualquier palabrita se va explicando.

Entonces lo que me dice el santo que -repito- en gran parte también ya lo explicó ayer monseñor Reig Plá es que, así como yo puedo hacer ejercicios físicos, también puedo hacer ejercicios espirituales que son meditar, contemplar, rezar vocalmente o mentalmente etcétera según algunas cosas que se dirán después.

### ¿Para qué rezamos?

¿Y para qué rezamos? (ahí está el objetivo práctico): Para quitar las afecciones desordenadas, y luego de quitadas para *ballar la Voluntad de Dios*. Lo que nos hace santos es la Voluntad de Dios. Punto.

¿Qué es la santidad? «es la alegría de hacer la voluntad de Dios» dice San Juan Pablo II. Eso nos hace la voluntad de Dios, nos hace santos.

La santidad es la voluntad de Dios. Pero muchas veces tenemos afectos desordenados - que ya vamos a aprender qué son-, son cosas que queremos al margen de la voluntad de Dios. No son pecado (el pecado es un afecto desordenado con mayúsculas, pero muy evidente), encambio los afectos desordenados -con los que tenemos que luchar muchas veces-, son aquellos que no son pecado, porque tenemos que primero descubrirlos.

El pecado se entiende que tenemos que superarlo. ¿Una madre puede querer a un hijo desordenadamente? claro que sí, por ejemplo si el hijo tiene vocación para entrar al seminario y la madre no lo deja (un afecto desordenado). Habrá algún caso, alguna explicación pero en general pasa.

Bueno, entonces quitar los afectos desordenados, y quitados ellos descubrir la voluntad de Dios y hacerla. Pero para eso necesario e imprescindible es la oración.

Acá nosotros, cada uno de los predicadores que estemos vamos a hacer un aporte, todos los laicos que están ayudando, sacerdotes con las consultas, ¡claro que sí!, pero hay un trabajo personal que lo tienen que hacer cada uno de ustedes, si nó nosotros no podemos hacer nada desde acá, ¡y es importantísimo!. Es más importante todavía que el nuestro, sin duda y eso es rezar.

Primero eso entonces. Un ejercicio no es una cosa que vamos a estar así pasivamente, por eso digo no es meditación trascendental, ¡nada que ver!, eso es dejar de pensar, esto es pensar en Dios, son cosas absolutamente distintas. No vamos a abundar en eso, ya lo hemos dicho quizás hasta el cansancio.

### **Habrá lucha**

San Ignacio me hace notar que habrá lucha en los ejercicios.

Dice la escritura (**Eclesiástico 2-1**) *«si te acercas a Dios prepara tu alma para la prueba»*. Bastante clarito ¿cierto? Entonces, como nos estamos acercando a Dios con estos ejercicios, -y más en este tiempo de gracia-, obviamente habrá pruebas. Dios no va a dejar de iluminarnos de bendecirnos, ¡no, para nada! no sería Dios, no sería nuestro padre, pero que habrá pruebas habrá pruebas, porque el “otro” no va a estar contento (el enemigo) y Dios también lo permite para nuestro bien, porque la batalla, la lucha nos hace bien.

[6] 6ª La sexta: el que da los ejercicios, quando siente que al que se exercita no le vienen algunas mociones espirituales en su ánima, assí como consolaciones o dessoluciones, ni es agitado de varios spíritus, mucho le debe interrogar cerca los ejercicios, si los hace a sus tiempos destinados y cómo; asimismo de las addiciones (que es un poco lo que estamos comentando ahora, “agregados” para hacer mejor los ejercicios), si con diligencia las hace pidiendo particularmente de cada cosa destas.

Entonces si no hay consolaciones y desolaciones tiene que preguntarle si está haciendo los ejercicios bien si está siguiendo las adiciones, porque si nó ¡tiene que haber!. ¿Me acerco a Dios?: hay consolación, Dios me da su fuerza, su luz, el demonio me ataca, hay también prueba.

Por eso, si ya están en el tercer día y están con alguna idea de decir “no, esto es de loco, vamos tantos días, que no sé qué, no tengo tiempo, me engañaron, pensé que eran 10 minutos, no sé qué... Bueno, ¡está muy bien!. Ahora no se dejen llevar por eso, son tentaciones, son desolaciones, y ya vamos a aprender qué hay que hacer en la desolación, pero por lo pronto le digo que ¡no!, ¡que queden firmes! para que pueda venir la luz, venir la consolación, venir la fuerza de parte de Dios.

San Ignacio nos recomienda en el número [12] y [13] que hagamos -él va a decir- “la hora completa”. Hay muchos que no tienen para hacer una hora completa [de meditación], porque tienen una hora para los ejercicios. Entonces nosotros decimos media hora para escuchar los puntos de meditación que vamos a ir dando (mañana empezamos el primero), y media hora de meditar, entonces una hora en total. Bueno, si me propongo (si lo he visto) que puedo hacer una hora, entonces hago una hora [de meditación]. Si me propongo hacer en media hora, entonces media hora. Lo que me propongo lo cumplo, ¡ni un minuto menos!.

San Ignacio va a decir incluso que cuando uno está consolado es muy fácil, pero cuando está desolado no, entonces no dejar ni un minuto menos de hacer los ejercicios que me propuse. Y si tengo desolación, y me cuesta, y quiero terminar antes, ¡voy a hacer un minuto más! Un minuto más en todo caso, ¡no un minuto menos!. Importante, muy importante entonces.

[12] 12ª La duodécima: el que da los ejercicios, al que los rescibe ha de advertir mucho, que como en cada uno de los cinco ejercicios o contemplaciones, (si se hacen retiros son cinco por día) que se harán cada día, 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. Porque el enemigo no poco suele procurar de hacer acortar la hora de la tal contemplación, meditación o oración.

[13] 13ª La terdecima: asimismo es de advertir que, como en el tiempo de la consolación es fácil y leve estar en la contemplación la hora entera; así en el tiempo de la desolación es muy difícil cumplirla; por tanto, la persona que se ejercita, por hacer contra la desolación y vencer las tentaciones, debe siempre estar alguna cosa más de la hora cumplida; porque no sólo se avece<sup>2</sup> a resistir al adversario, mas aun a derrocallo<sup>3</sup>.

Entonces, si tengo la intención de hacer menos hago un poquito más, repito, sea una hora, sea media hora, lo que me propuse, pero ¡por favor hacerlo!, ¡hacerlo! no podemos ser tan débiles en la oración.

No estamos diciendo que hay que tocar el cielo con las manos, estamos diciendo que hay que resistir media hora, y si no les sale ningún pensamiento resistan a escucharme a mí media hora lo que va a ser meditación guiada -no sé qué es más penitente -.

¿Cómo puede ser que no podamos rezar media hora 50 días?, y en realidad es menos, porque los días de plática en principio no se medita.

---

<sup>2</sup> se acostumbre.

<sup>3</sup> derrotarle.

San Agustín: «el que te creó sin ti no te salvará sin ti». San Alfonso: «El que reza se salva, el que no reza se condena», así de fuerte es el santo, doctor de la Iglesia.

Nuestro Señor Jesucristo rezó, Dios hecho hombre rezó, pasaba largas horas de oración a la noche.

Santo Tomás dice, ¿por qué rezó el Señor? Y bueno, porque tenía una voluntad humana, y en cuanto tal entonces la voluntad humana puede pedir a la voluntad divina, y eso también es parte de la oración, etc. Pero también en un momento dice que en gran medida rezó para darnos ejemplo, y porque siendo Dios hecho hombre no es que haya una necesidad como la que tenemos nosotros, pero claro, la necesidad era para nosotros, para que nos dé ejemplo. ¡Qué misterio! Dios reza, Dios hecho hombre reza largas horas, y nosotros ¿no vamos a rezar?. Y después nos dice «Les enseñaba que es necesario orar sin desfallecer», y ahí está lo de la viuda inoportuna, «pedid y se os dará, buscar y hallaréis».

No esperemos que la oración sea una cosa... hay momentos de consuelo en la oración, pero hay momentos en que la oración es estar, y pedir, y creer, y ya está. El fruto es “estuve rezando, estuve con el Señor”. «... *Tu padre que ve en lo secreto*», o ante el Santísimo!

Tenemos también, la Capilla de Adoración Perpetua<sup>4</sup>, aquí en Manresa (que justo es aquí debajo, yo estoy en un primer piso -espero no estar haciendoles ruido a los adoradores-), donde rezamos por los ejercicios en todo el mundo. Entonces, si les ayuda desde su casa poner la adoración la pueden poner, y rezar también desde la distancia. No es exactamente lo mismo que estar al frente del Señor, pero es el Señor que ayuda, porque está en vivo, alguien está ahí, yo me uno a eso.

Hay que rezar como el Señor nos dice. ¿Estuve?, ya está el fruto. ¿Por qué? Porque la oración es un gran fruto en sí mismo, obviamente.

### Recomendaciones previas

Algunas cosas que nos sirven en cuanto al lugar para hacer oración: San Ignacio va a recomendar:

**[20] 20ª La vigéssima: al que es más desembarazado** (es el que más quiere dedicarse a las cosas de Dios) **y que en todo lo posible desea aprovechar, dénese todos los ejercicios espirituales por la misma orden que proceden, en los cuales por vía ordenada tanto más se aprovechará, quanto más se apartare de todos amigos y conocidos y de toda solicitud terrena;**

Es decir, bueno, ¿cómo vamos a poder decir esto si no estamos en retiro? ¡Estamos haciendo el ejercicio en la vida cotidiana!. Bueno, en la vida cotidiana, el tiempo que yo me decido hacer el ejercicio, es el tiempo que tengo que retirarme de todo.

Hablábamos ya en el año 2021, ese “lugarcito”, citando creo que era San Pacomio, una cita que nos traía el padre La Palma, de una historia de un monje con otro que tenía

---

<sup>4</sup> [Capilla de adoración perpetua en Manresa](#)

tentaciones como de irse, y el otro, el santo, le decía que en el momento de la tentación, le pidiera al Señor «ayúdame a custodiar estas paredes».

Este lugarcito que me hice para rezar, este altarcito, este lugarcito en mi habitación o en algún lugar de la casa con más recogimiento, custodio de eso. No me voy hasta que no termine el tiempo que me dispuse para rezar. Y en ese sentido, mientras más me aparto de todos mis amigos y conocidos, “solicitud terrena”, es decir, tengo un lugarcito para mí.

Y si usamos el móvil (el celular), para hacer los ejercicios saquémosle las notificaciones, los ruidos, y todo lo que podamos apartarnos en ese tiempo.

Y después si podemos agregarle algo más por ejemplo, si la meditación la vamos a hacer en la mañana (hay hábitos que se adquieren en los ejercicios que después sirven para toda la vida), bueno, no mirar el whatsapp ni ninguna otra cosa hasta que no termine de rezar. El mundo sigue girando si nosotros no lo vemos.

Bueno, cada uno pensará en mi día ¿qué cosa puedo ofrecer para tener ese momentito de retiro, para hacerlo un poco mejor?. Repito, aprovechar la noche anterior, vamos a ofrecer también material extra, a lo mejor leerlo un poquito la noche anterior. Bueno, cada uno verá, pero no una cosa que sea así tremendamente exagerada, porque no van a poder resistir, pero sí siendo generosos con el Señor.

San Ignacio dice «mudarse de casa» y demás -no es el caso-, pero de éste “apartarse” (que cada uno verá cómo lo hace, repito, puede ser simplemente “me aparto a esta hora, pero me aparto de verdad”, etc.), se siguen tres provechos principales, entre otros muchos:

[20] (...) 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 meresce delante su divina majestad;

Es meritorio ante Dios apartarme por amor a Dios. Si me aparto de las cosas creadas, obviamente que es meritorio ante Dios.

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 Criador, y aprovechar a su propia ánima; usa de sus potencias naturales más libremente, para buscar con diligencia lo que tanto desea;

Otra cosa importante entonces, muy importante. Si los jugadores de fútbol se concentran antes de los partidos para pegarle a una pelotita y hacer un gol. ¿Nosotros no vamos a concentrarnos y poner toda nuestra fuerza en una sola cosa para ser santos?.

el tercero, quanto más nuestra ánima se halla sola y apartada se hace más apta para se acercar y llegar a su Criador y Señor; y quanto más así se allega, más se dispone para rescibir gracias y dones de la su divina y summa bondad.

Mientras más me aparto, más me acerco a Dios. Si me aparto de las cosas, puedo usar más libremente mis potencias, pero además me estoy acercando más a Dios, porque el acercamiento a Dios es interior, no es físico.

Bueno, entonces, buscar ese lugar en la casa para poder hacer esa oración y perseverar en ella, y hacer todo lo posible para no tener ruido.

También San Ignacio va a recomendar un paso o dos antes de llegar al lugar donde tengo que hacer oración «**detenerme y elevar el entendimiento arriba, pensar ante quien voy a estar**» (¡ante Dios!). Y después dice él, **cuando entro al lugar**, (que si es una iglesia es mucho más fácil), **hacer una inclinación**.

Entonces nosotros si es en una iglesia, antes de entrar pensar por un espacio de un AveMaría o menos. Es un momento en el que elevo mi entendimiento a Dios, y después, cuando entramos, hacemos la genuflexión por el Santísimo.

Son detalles, pero todo “hace”, como somos cuerpo y alma, ni siquiera lo físico a San Ignacio se le pasa. Entonces me ayuda con la inclinación. No está el Señor presente en la Eucaristía en mi casa, pero sí me voy a poner a rezar. Y si estoy en gracia de Dios, tengo fe de que está en mi alma, y después, si no estoy en gracia de Dios, tengo fe de que me mira, «*en Él vivimos, nos movemos y existimos*», dice San Pablo. Entonces también ese respeto hacia Dios que me mira y está misteriosamente presente, y que «*el Padre que ve lo secreto...*», entonces en ese sentido hacer todo lo que se pueda antes.

Incluso San Ignacio va a recomendar que uno, a la noche antes de dormirse (si va a hacer las meditaciones a la mañana) antes de dormirse, piense ¿a qué hora me voy a levantar y a qué?, y resume rápidamente el ejercicio. Si yo sé qué voy a meditar, ya vi el título porque ya salió en YouTube, o ya escuché un poquito, “voy a meditar tal cosa”, y lo pienso por un espacio de un AveMaría, (no es que me quedo desvelado), y me duermo.

Y cuando me levanto, antes de dejar de venir un pensamiento u otro, pensar qué voy a meditar mientras me visto, me hago los dientes, lo que sea, todo eso va a hacer aprovechar más la meditación. Eso si lo hago a la mañana, sinó uno puede tomar [lo que convenga] “bueno, vuelvo del trabajo y hago la meditación”, entonces mientras voy volviendo del trabajo, me voy acordando, voy escuchando. Adapten como puedan, pero todo lo que puedan hacer para que cuando uno llega a rezar, ya venga con un precalentamiento, ayuda muchísimo, sin lugar a dudas.

También recomienda San Ignacio el examen de conciencia, pero eso lo vemos ahora.

### **Esquema de las meditaciones**

En los minutos que quedan les voy a dar los pasos que trae San Ignacio que se van dando en las meditaciones (los sacerdotes los vamos a ir recordando), para hacer sobre todo una meditación. Cuando empieza la contemplación, -que ya faltan varios días, cuando empieza la segunda semana-, ya ahí hay alguna variante

- Me tengo que poner siempre en presencia de Dios, pero obviamente esto que vengo haciendo, prepararme antes y demás, es una ayuda.

Si no lo hice, estoy un poco distraído, ni bien comienzo, estoy ante la presencia de Dios, ya sea sacramentado en la Eucaristía, ya sea lo que hemos dicho. Muy importante eso, no estoy solo, no estoy sola, estoy ante Dios, estoy con Dios, porque la oración es mi relación con Él.

- oración preparatoria que nos va a repetir San Ignacio todas las veces, que está en los ejercicios y que la pone al principio y hasta el último momento.

[46] «Que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas al mayor servicio y alabanza de su Divina Majestad». Siempre nos hace pedir eso.

Todas mis **intenciones** (¿para qué hago esto?), **acciones** (si me muevo para acá, si me siento), **operaciones** (las interiores), todo que sea para la gloria de Dios, eso le pido. Con mis palabras puede ser también. Empezar con la rectitud de intención bien derechita hacia Dios, y pedirle que me ayude a mantener eso.

-Después, generalmente trae la *historia* San Ignacio, porque vamos a meditar “este” tema. Entonces ya mi memoria está ahí, porque se llama “oración de las potencias”, entonces mi memoria está ahí, atenta a eso, porque ya sé la historia que voy a meditar.

-Después puedo hacer una *composición del lugar*, es decir, darle a mi imaginación algo que le ayude para que esta “loca de la casa”, como decía Santa Teresa, no se distraiga tanto y rece conmigo.

¿Cuál va a ser la composición del lugar?: La vamos a dar en cada oportunidad. También uno puede buscar una, ¿a qué me puede ayudar? puede ayudar una composición del lugar para que mi imaginación esté ahí con nosotros en la oración.

-Después una *petición*. ¿Para qué rezo? La oración de San Ignacio es bien efectiva, bien práctica. ¿Qué estoy buscando? ¿Qué le estoy pidiendo al Señor con esto? ¿Hacia dónde quiero que mi inteligencia se vaya encaminando? ¿A qué parte de la luz de la verdad de Dios sobre las cosas (o de Dios directamente) quiero encaminar esto?.

-Después viene el *cuerpo de la meditación*, que suelen ser tres puntos, pero ahí San Ignacio va a decir que si yo encuentro fruto en un punto, tengo que seguir ahí. No tengo que decir, “¡ah, me falta otro punto!”, como si fuera que estoy repasando una materia, que estoy estudiando para un examen. No, no, no. Vamos a meditar, por ejemplo, sobre Dios, y Dios que es mi Padre. Y bueno, me quedo ahí, y encuentro mucho fruto en eso, porque no lo tenía presente, puede irse todo el tiempo del cuerpo de la meditación -que suelen ser unos 15 o 20 minutos-, puede irse con eso, porque ahí estoy encontrando fruto, estoy sacando jugo de la verdad. Bien, no adelantarse en ese sentido. Si veo que ya está, no le puedo sacar fruto, paso al segundo punto.

-El último punto es el *coloquio*, que es el diálogo con Dios. El diálogo con Dios es justamente lo más importante. Como dice el Padre Boilán, en el libro tan conocido, «*Dificultad en la oración mental*», es la parte más importante de la oración, casi que se puede decir que es sustancialmente la oración. Entonces, no puedo dejar que se me pase una meditación sin hacer coloquio, ¡no puedo!.

Es más, muchas veces el coloquio empieza al principio, porque ustedes ya están media hora, por lo menos, escuchando sobre el tema, y ya van meditando, porque meditar es justamente ese procesar, ese rumiar las verdades para sacar las consecuencias para mi vida. Bien, entonces, después de esa media hora se ponen a rezar, ya tienen cosas para hablar con el Señor, con la Santísima Virgen, con otros santos, eso es el coloquio.

Y yo hablo con el Señor, le pido, le doy gracias, pasan 5 o 10 minutos (lo que sea), y ya después no tengo [más nada que decir], porque no hablo con el Señor como hablamos

entre nosotros, entonces ya me distraigo. Bueno, entonces vamos a seguir con los puntos, composición de lugar, o lo que sea, y vamos a la composición de lugar, y al hacer la composición de lugar, me viene otra vez el deseo de hablar con el Señor, y vuelvo otra vez.

El coloquio es lo que domina todo, pero –repito–, si no tengo el coloquio de entrada, no importa, pero sí que no puedo terminar sin hacer coloquio, por eso San Ignacio nos pide, y nosotros le recomendamos, por lo menos 5 minutos, 7 minutos de coloquio, al final, ese diálogo con el Señor tan importante.

Bien, y finalmente después (mejor si puede ser después de la media hora, o después de la hora, o si no, si es una hora, los últimos 3 minutos o 5), hacer un *examen de conciencia* de la meditación, a ver cómo me fue. Y si me fue bien, por ejemplo, estuve muy tentado, bueno, ¿qué cosas me tentó?, ¿hice el esfuerzo para vencer la tentación?, sí, bueno, tranquilo, ¿y cuáles fueron las tentaciones?, a veces puede pasar, que me vinieron muchas cosas sobre el trabajo, bueno, entonces ¿no será que me falta confianza en Dios?, ¿no será que estoy muy apegado al trabajo?, a veces uno puede descubrir, a veces no, son tentaciones nada más.

Ver cómo uno responde a esas tentaciones. Y después ¿hubo alguna luz de parte de Dios?, la puedo anotar, muchos les ayudan a anotar, alguna cosa para dejar como en barbecho, para decidir después, o alguna cosa que ya está tan clara, que yo tengo que anotarla como un propósito, aunque la puedo confirmar en todo caso.

Pero pasé media hora con el Señor. No puedo no darle importancia.

Cuando nosotros queremos a alguien y hablamos con esa persona -o alguna persona muy importante-, después nos acordamos, nos preparamos antes y después nos acordamos, ¿qué dijo?, ¿qué no dijo?, muchas veces anotamos para no olvidarnos, bueno, ¿y con Dios?.

Si hubiéramos cumplido todos nuestros propósitos, si estuviéramos en acto todo lo que el Señor nos ha dicho, seríamos santos ya. Entonces, ese examen de conciencia sirve para todo eso, para darle importancia, y para todo el tema de los propósitos, para ver si algo me dijo -repito- tenerlo ahí para después no olvidarlo. Muy importante, entonces

También les ofrecemos un examen de conciencia para la noche, ya habrán visto lo que tiene que ver un poco con la meditación del día, pero eso ya es más para la noche, no es tanto el examen de la oración, aunque está unido.

### **Toda la fuerza**

¿Cómo hacen para aprender a rezar?: Rezando, así que en ese sentido yo voy a insistir hasta el cansancio que podamos perseverar en estos santos ejercicios, que pueden ser los últimos, alguno de ustedes quizás no termina, ¡o yo!, capaz que si me están viendo acá, (que a esto ya lo hice), pero quizás cuando lo ven ya estoy muerto, ¿por qué no? ¿Alguien tiene asegurada la vida? (recen por mí, no voy a hablar más de la muerte, ya en el 2021 hablé bastante y hasta me dijeron “basta”, al menos de mi muerte personal no voy a hablar más). Pero digo, podemos morir, ¿cierto? Entonces pongamos toda la fuerza, «a cada día le basta a su propio mal», dice el Señor, pongamos todo lo que está de nuestra parte para alcanzar los mayores frutos posibles, que el Señor se lo merece, por eso terminamos con esto.

La quinta anotación:

[5] al que rescibe los ejercicios, mucho aprovecha entrar en ellos con grande ánimo y liberalidad con su Criador y Señor, ¿Por qué? Porque si no somos generosos con Dios, ¿con quién lo vamos a hacer? 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.

Entonces, ofrecerle **todo** al Señor, para que haga de mí lo que quiera. Eso es lo que queremos, que Dios haga de nosotros lo que quiera. ¿Acaso hay un plan más hermoso?

¿Qué es la vida mística? La vida mística es cuando la persona, tanto ha hecho esto, entregarse a Dios, hacer su voluntad de renunciar a pequeñas cosas, tanto ha hecho, que finalmente se ha hecho un instrumento en manos de Dios. Y Dios hace con la persona lo que quiere. Y esa es la alegría más grande que puede hacer una persona, porque ser un instrumento es como la humanidad del Señor. Era un instrumento de la Divinidad.

Lo más parecido a eso es la vida mística, que Dios nos use, no poner obstáculos. Entonces Él hace maravillas, como hizo con la Virgen, ¡maravillas!. ¿Por qué hace maravillas con los santos? Porque se dejan hacer por Dios.

Y si no tengo esta disposición de entregarme al Señor con grande ánimo, de ser generoso con Él, de la magnanimidad, ¡pedirla!, porque todos estos días ayudan para eso, son los primeros días. Pedirle al Señor, ¡dame la gracia de ser magnánimo!, de no ser mezquino con Dios.

Somos mezquinos con Dios, somos tan tontos que somos mezquinos con Dios. Dios nos pide y no le damos. ¡O nos pide 10 y le damos 5!. Como si Dios nos pidiera... ¿para qué?. ¡Nos pide para multiplicarlo por cien!. Hay que meditarlo. ¡Qué idiota que soy!. Conclusión de la meditación: Soy un idiota. ¡Qué bueno! Soy malo. ¡Ah, qué bueno!

Lo dice Jesús: «*Si vosotros que sois malos sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos*».

Grande ánimo y liberalidad. Eso tenemos que buscar.

Marcelo Morsella, un seminarista nuestro, muerto en olor de santidad, por allá por el año 86, ni bien comenzaba nuestra familia religiosa, escribía justamente esto en su cuaderno. «Con grande generosidad, para darle a Dios todo lo que me pida». Y con mayúscula ponía «MÁS, siempre MÁS». Eso es entender quién es Dios, qué es el amor, y qué son los ejercicios, que él justamente escribía en su cuaderno de ejercicios.

Bueno, pidámosle a nuestra Madre del Cielo la gracia entonces de poder dar todos los frutos. Dios tiene preparado maravillas para cada uno de ustedes. ¡Maravillas!. Les puedo asegurar que mucho más de lo que esperan. Porque no estoy vendiendo nada yo. No estoy vendiendo nada. Estoy hablándoles de parte de Dios, nada más. Y con algo que es ¡segurísimo!, porque no es ni mío, ni es de San Ignacio, y la Iglesia nos lo ha recomendado muchísimo. Y que Dios nos deja ganar en generosidad está reveladísimo.

Entonces, yo te puedo asegurar, a vos, a ti, que Dios te va a sorprender. Te lo puedo asegurar más de que yo estoy acá. Simplemente porque Dios es Dios. Con eso alcanza y sobra.

Y porque tenemos una Madre, que es nada más y nada menos que Reina del Cielo y Tierra, y es también Madre de Dios. Ella enseñó a San Ignacio los ejercicios, le ayudó muchísimo. En la cueva cuando uno entra, está ahí un mármol escrito como un testamento. Está en el retablo también eso, San Ignacio mirando para atrás con la Virgen, que está como “dictando” los ejercicios. Bueno, nos falta que sea letra por letra, pero sí que le ayudó muchísimo.

Entonces, que Ella nos ayude, que te ayude, que perseveres. Sé generoso con Dios, con Ella, y verás maravillas.

Así sea. Mañana la primera meditación.

Perseveremos entonces. Ave María y adelante.

Y recordemos: “a rezar se aprende rezando”.