



Presentación - Material Extra de los Ejercicios Espirituales en la Vida Cotidiana

San Francisco de Sales, educado en un colegio jesuita, decía ya en su tiempo, que el *Libro de los Ejercicios* de San Ignacio de Loyola, había ya operado más conversiones que letras contiene. El Santo es bien conocido por su preocupación por ayudar a los laicos a alcanzar la perfección cristiana.

La **Introducción a la Vida Devota**, donde el Santo trata con una dirigida suya, Filotea, es un libro que ha formado a muchas generaciones de cristianos. San Francisco de Sales decía que este libro fue bien acogido por la novedad de su contenido, que no es otro que ayudar a la gente del mundo a buscar y encontrar la santidad, precisamente el objetivo de los Ejercicios Espirituales Ignacianos.

En su **Tratado del Amor de Dios**, el Santo se dirige a Teótimo, indicando que “*la medida del amor es amar sin medida*”, insistiendo también en que habitualmente el amor de Dios lo podemos vivir en las cosas “pequeñas”, pues es posible que en toda nuestra vida no tengamos ocasión de hacer una “gran obra”, en cambio, la vida cotidiana es una excelente maestra de santidad por esas incesantes renunciaciones que nos impone y que podemos aceptar por amor.

En este año jubilar, ofrecemos como **Material Extra de los Ejercicios en la Vida Cotidiana Online** textos extraídos de estas dos obras de San Francisco de Sales.

EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA RENOVAR EL ALMA

[ Audio [SoundCloud](#)]

[ Audio [Google Drive](#)]

Texto extraído de la **Introducción a la vida devota** de san Francisco de Sales (Quinta Parte, Cap. I), en el que el Santo nos invita a reflexionar sobre **QUE DEBEMOS CADA AÑO RENOVAR LOS BUENOS PROPÓSITOS POR LOS EJERCICIOS SIGUIENTES.**

El principal punto de estos ejercicios consiste en conocer bien su importancia. Nuestra humana naturaleza se aparta fácilmente de sus buenos propósitos por la fragilidad y mala inclinación de nuestra carne, la cual agrava nuestra alma y la procura tirar e inclinar hacia abajo, si a menudo no se levanta hacia arriba a viva fuerza de resolución. Así como los pájaros tornan a menudo a

caer en tierra, no continuando en romper el aire para mantenerse por este medio en su vuelo, así también, querida Filotea, tienes tú necesidad de reiterar y repetir muy a menudo los buenos propósitos que hubieres hecho de servir a Dios, temiendo que no haciendo esto no caigas en tu primer estado o en otro por ventura mucho peor¹. Porque las caídas espirituales tienen esta propiedad: que nos ponen siempre en más bajo estado que aquel en que nos hallábamos cuando subimos a lo alto de la devoción.

No hay reloj, por bueno que sea, que no sea menester subirle la cuerda dos veces al día: a la mañana y a la noche. Y después de esto es menester también desarmarlo, por lo menos una vez al año, para limpiar todas sus piezas, enderezar las torcidas y reparar las que están usadas, Así también, el que tiene un verdadero cuidado de su amado corazón, debe remontarlo a Dios a las noches y a las mañanas por medio de los ejercicios; y fuera de esto debe considerar a menudo su estado, enmendándolo y acomodándolo cuanto pueda al servicio de Dios; y en fin, **por lo menos una vez al año**, debe desarmarlo y mirar todas sus piezas una a una, esto es, todos sus deseos, aficiones y pasiones, para que así pueda reparar todas sus faltas.

Y como el relojero unta todas las ruedas, los traveses y el muelle con algún aceite delicado para que sus movimientos sean más mansos y más seguros, y que esté menos sujeto a la herrumbre, así la persona devota, después de haber desmontado o desarmado su corazón para rehacerlo y renovarlo mejor, lo debe usar por medio de los sacramentos de la confesión y de la eucaristía.

Este ejercicio reparará tus fuerzas, debilitadas del tiempo, confortará tu corazón, hará reverdecer tus buenos propósitos y reflorar las virtudes de tu espíritu. Los antiguos cristianos practicaban esto con mucho cuidado en el día aniversario del Bautismo de Nuestro Señor, en el cual, como dice San Gregorio, obispo de Nacianzo², renovaban la profesión y las promesas que se hacen en este sacramento. Hagamos lo mismo, querida Filotea, disponiéndonos y empleándonos en esto con mucha determinación y alegría. Habiendo, pues, escogido el tiempo conveniente, según el parecer de tu confesor, y habiéndote retirado algo más a la soledad real y espiritual que lo ordinario, harás meditaciones.



Renovemos nuestros propósitos con estos nuevos Ejercicios

¡Ave María y adelante!

¹ Lucas 16, 26

² Oratio 39, 20.