

¿QUÉ QUERÉIS SEÑOR DE MI?

CONTEMPLACIÓN PARA ALCANZAR EL AMOR [230-237]

Meditación – 2025

Si estás viendo este video: ¡Enhorabuena! felicidades! Porque significa que estás terminando estos Ejercicios Espirituales. Y San Ignacio nos hace terminar con una **contemplación que es el culmen de toda esa obra colosal** que son los ejercicios, los cuales, no son otra cosa que **conocer a Jesucristo para saber con qué amor** nos ha amado y **responder nosotros con nuestro amor**, conformando nuestras vidas con la suya.

Es decir, vencerse a sí mismo y ordenar la propia vida según el prototipo que es Cristo.

Para terminar esta labor tenemos que entender, **-clavar a fuego en nuestro corazón-** que: **El amor exige el amor, «amor con amor se paga» (2 Cor 6, 13)**. Y si buscamos amar «Nada mueve tanto al amor que el hecho de saberse amado».

Si entiendo **quién es Dios**, el Creador y Señor de todas las cosas. **Quien soy yo**, una criatura hecha a imagen y semejanza de Dios; es decir, lo que aprendimos en el **principio y fundamento**.

Si entiendo que **esta criatura se reveló contra Dios** cayendo en el anti-principio y fundamento que es el pecado, que es el obstáculo para nuestra felicidad que es la unión con Dios.

Si entiendo que **la gravedad de mis pecados** es tal, que para salvarme Dios mismo ha asumido una carne mortal, y sobre todo que Dios se hace hombre no porque fuese para Él necesario sino **única y exclusivamente por su bondad, por su amor**. Por el amor que tiene hacia sus criaturas. Si entendemos esto, entonces **ante tanto amor, no nos queda otra posibilidad que devolverle con nuestro amor**.

Por tanto, esta contemplación final de los Ejercicios **es apta para alcanzar (obtener), la ordenación total, profunda y definitiva de nuestro amor**, para que podamos amar a Dios en todas las cosas, y amar todas las cosas en Dios.

Para comprender de que tipo de amor estamos tratando, el mismo San Ignacio, antes de empezar esta contemplación nos da dos preámbulos, dos notas:

[230] «La primera es que el amor se debe poner más en las obras que en las palabras» (cf. 1Jn 3,18).

El fin de esta contemplación no es movernos a un amor sensible y gustoso sino más bien establecernos en una **disposición habitual de amor profundo y operante hacia Dios**.

Uno ama verdaderamente cuando realiza obras concretas por amor. Y no cualquier tipo de amor sino aquel que llamamos **amor de benevolencia**, es decir, porque la cosa amada es **digna en sí misma de ser amada**. Amo por el bien del otro.

Otro tipo de amor sería de **utilidad o concupiscencia**, es decir, cuando amo por el beneficio que recibo de la cosa amada pero no porque en sí mismo merezca nuestro amor. Así amo una herramienta de trabajo, un alimento, etc.

Kempis en la *Imitación de Cristo* dice que **la compunción es mejor sentirla que saberla definir**. Lo mismo podemos decir del amor. **Es mejor obrar por amor que hablar de él**. Dice una locución latina: «*Verba volant, scripta manent*» “*Las palabras se las lleva el viento, lo escrito -y nosotros podemos decir- las obras permanecen*”.

Muchos ponen el amor en las palabras y no en los hechos. De hecho, **el mundo está lleno de palabras de amor**, pero hay poquísimas obras hechas por amor. En nombre del amor se mata, se hace daño al prójimo, se llega a justificar las obras más atroces.

Nosotros mismo experimentamos que tantas veces hemos prometido nunca más ofender a Dios, pero igualmente lo hemos hecho. Eso es porque aún falta amor. **Hay palabras, pero no obras**.

Por eso San Juan nos exhorta diciendo: «*Hijos míos, no amemos de palabra y de boca, sino de verdad y con obras*». (1 Jn 3,18)

Ejemplo máximo de este amor son los mártires, que incluso han dado la misma vida, literalmente, por amor a Jesús.

Dice el Señor: «*Si me amáis cumpliréis mis mandamientos*». (Jn 14, 15)

Y el apóstol Santiago nos recuerda: «*alguno dirá: Tú tienes fe y yo tengo obras. Muéstrame tu fe sin las obras, y yo te mostraré mi fe por mis obras*». (Stg 2, 18)

Por tanto, el **amor se debe poner más en las obras que en las palabras**.

[231] La 2ª, el amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, en dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene o puede, y así, por el contrario, el amado al amante; de manera que si el uno tiene ciencia, dar al que no la tiene, si honores, si riquezas y así el otro al otro.

En resumen, **el amor es una comunicación de bienes recíprocos. Mutuamente**. Pero aquí tenemos una dificultad, **Dios de nosotros no recibe nada porque todo lo hemos recibido de Él**. ¿Qué es lo que le podemos dar a Dios? Como dice San Juan: «*Nosotros amamos porque Él nos amó primero*» (1 Jn 4, 19). Por eso debemos devolverle todo lo que hemos recibido. **Dios no quiere otra cosa que nuestro corazón, nuestra voluntad**. Porque no podremos nunca devolver en igual medida lo que hemos recibido. ¿Como devolvemos, por ejemplo, a nuestros padres lo que nos han dado? La generación, la educación, el cuidado, etc. Pero lo hacemos con nuestro amor de gratitud hacia ellos. Cuanto más a aquel del cual nos vienen todos los bienes.

De este modo cumplimos el primer mandamiento: «*Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas*» (Mc 12, 30), y amor también

al prójimo porque como dice Juan: «*Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es un mentiroso; porque el que no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios a quien no ve.*» (1 Jn 4, 20)

Si entendemos estos dos principios debemos iniciar a contemplar todos los bienes que Dios me ha dado para movernos a la gratitud. Para alcanzar el amor operante hacia Él.

ACTOS PREPARATORIOS

Oración preparatoria:

[46] La oración preparatoria es pedir gracia a Dios nuestro Señor, para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad.

Composición de lugar:

[232] Ver cómo estoy delante de Dios nuestro Señor, de sus ángeles, de los santos que interceden por mí.

Se trata de la Composición de lugar solemne, aquella que el Santo nos pide de hacer en las meditaciones centrales de los ejercicios.

Petición:

[233] 2º *preámbulo*. El segundo, pedir lo que quiero: será aquí pedir cognoscimiento interno de tanto bien recibido, para que yo enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad.

En esta petición están compendiadas distintas gracias, de hecho, S. Ignacio nos hace pedir en realidad **4 gracias**:

Conocimiento interno: *Conocer* y conocer internamente, en profundidad todos los bienes que Dios me da. Persuadirme de esto.

Enteramente reconociendo: *Reconocer* que todos estos bienes proceden de su bondad y providencia.

Pueda en todo amar: *Amar* a Dios, con un amor grato y sincero.

Servir a su Divina Majestad: *Servirlo* siempre y en todo, con un servicio fiel, generoso y sacrificado. Porque el amor no es verdadero hasta que se pone al servicio de la cosa amada.

Que le hacía decir a San Pablo: «*Aunque soy libre y no pertenezco a ningún ser humano, me he hecho esclavo de todos para poder ayudar a salvar al mayor número posible de gente*» (1 Cor 9,19). Poniendo en práctica las palabras de Cristo: «*El que de ustedes quiera ser el primero conviértase en el último de todos y en el siervo de los demás.*» (Mc 9, 35)

PUNTOS

1º Punto: Dios me colma de bienes

[234] 1º *puncto*. El primer punto es traer a la memoria los beneficios recibidos de creación, redención y dones particulares, ponderando con mucho afecto cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí y cuánto me ha dado de lo que tiene y conseqüenter el mismo Señor desea dárseme en quanto puede según su ordenación divina. Y con esto reflectir, en mí mismo, considerando con mucha razón y justicia lo que yo debo de mi parte ofrecer y dar a la su divina majestad, es a saber, todas mis cosas y a mí mismo con ellas, así como quien ofrece affectándose mucho:

“Tomad Señor y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer. Vos me lo disteis, a Vos Señor lo torno, todo es vuestro. Disponed a toda vuestra voluntad, dadme vuestro amor y gracia, que esta me basta”.

En consecuencia, se trata de:

- **Hacer memoria** de los dones divinos.
- **Reconocer** el amor que Dios nos tiene.
- **Querer donarse** a sí mismo a Dios en correspondencia a su amor.
- **Ofrecerse**, afectándose mucho:

«Tomad Señor y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Vos me lo disteis, a Vos, Señor lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad; dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta».

Para conseguir esto repasemos todo lo que hemos recibido de Dios:

Bienes naturales:

- **En general:** El sol, la luna, las estrellas, los mares, las montañas, el cielo. Todo esto y más Dios los creó para mí. Los ángeles no lo necesitan, porque son espirituales, no necesitan la materia. Cuando Dios creó todos los elementos pensó así: estas estrellas, este sol, esta luna, toda la creación servirá a **ésta** alma, no en general, sino que pensó en cada uno de nosotros. *«Con amor eterno os he amado» (Jer. 31,3)*. Pensemos en todos los bienes que nos ha dejado en la tierra misma: los ríos, los lagos, los minerales, las plantas, los animales, las personas; cosas incluso imperceptibles a nuestros sentidos como la electricidad, el magnetismo, ondas de radio, la energía nuclear, las cosas preciosas como el oro, la plata, los distintos minerales. Dios, antes de crear a los habitantes, creó la habitación, la casa. Pero pensando en ellos, es decir, en nosotros. Y yo estaba presente en su mente y en su corazón, y por amor a mí hizo lo que hizo.
- **Particulares:** hay algunos bienes que sin duda también me hizo a mí y que no hizo a otros. La existencia y la vida (a diferencia de tantos otros que podrían haber existido y vivido y nunca serán...). Nos ha dado un cuerpo, los sentidos y el uso de ellos, la

inteligencia y la posibilidad de educarme, la voluntad para que pueda formarme, ser dócil y susceptible de ser educado.

Pero no se agotan aquí los bienes. porque nos ha regalado un orden superior, más alto de bienes que son los:

Bienes sobrenaturales:

- **Generales:** el más grande, su Hijo primogénito «*Porque tanto amó Dios al mundo que le dio a su Hijo único*» (Jn 3,16). Y se entregó a sí mismo para nuestra redención, por todos y también por mí «*...el hombre Cristo Jesús se entregó a sí mismo en rescate por todos*» (1 Tim 2,6). Como enseña san Pablo: «*...el Hijo de Dios, me amó y se entregó a sí mismo por mí*» (Gal 2,20).

Su Iglesia con su belleza, con sus santos, con su liturgia, con sus sacramentos... Su Madre misma. Me dio todo lo más precioso que podía ofrecerme.

- **Particulares:** Recibir el bautismo, los sacramentos recibidos (confesiones, comunión, confirmación). De cuántas personas se sirvió para ayudarme, corregirme, enseñarme virtudes, aconsejarme bien.

Y si aún nos parece poco podemos pensar todos los bienes que Dios aun nos quiere conceder. Todas las cosas que aún no he recibido: por sobre de todas “**la salvación eterna**” don que «*Ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni el hombre puede pensar lo que Dios ha preparado para los que lo aman*». (1 Cor. 2,9)

Visto todo esto, ¿Podemos, acaso, no amar a Dios? ¿Podemos no devolverle amor por amor?

Esto nos debe mover a rezar con devoción y pedir con insistencia no una sola vez, sino todas las que haga falta: «*Tomad Señor y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Vos me lo disteis, a Vos, Señor lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad; dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta*». (EE 234)

2º Punto: Dios nos regala su presencia.

[235] El segundo mirar cómo Dios habita en las criaturas, en los elementos dando ser, en las plantas vejetando, en los animales sensando, en los hombres dando entender; y así en mí dándome ser, animando, sensando, y haciéndome entender; asimismo haciendo templo de mí seyendo¹ criado a la similitud y imagen de su divina majestad; otro tanto reflitiendo² en mí mismo, por el modo que está dicho en el primer punto o por otro que sintiere mejor. De la misma manera se hará sobre cada punto que se sigue.

Pensar que sus dones no nos son enviados a través de otras personas, sino que es Él mismo quien nos los hace presentes. Dios está presente en todas partes, conservando esos

¹ Siendo.

² Reflexionando.

bienes para que los disfrutemos. Lo aprendimos de niños en la catequesis: Dios está en el cielo, en la tierra y en todas partes.

El Salmo 138 lo dice poéticamente. *«¿Adónde iré lejos de tu aliento, adónde escaparé de tu mirada? Si escalo el cielo, allí estás tú; si me acuesto en el abismo, allí te encuentro; si vuelo hasta el margen de la aurora, si emigro hasta el confín del mar, allí me alcanzará tu izquierda, me agarrará tu derecha».* (Sal 138,7-10)

No basta decir que Dios ha creado el cielo y todas las cosas, porque no crea y luego abandona, sino que les comunica constantemente el ser... Como primer motor y causa universal de todas las cosas, todo depende de Él, sostiene las cosas en el ser, las gobierna, las mueve, les da actividad, sin impedir el obrar libre de las criaturas. Él es que provee al bien de todas las cosas *«Todo coopera para el bien de los que aman a Dios»* (Rom 8,28). La obra de la creación se expande en la obra de la conservación y gobierno de las cosas creadas en el ser.

Y consideremos lo que Él hace en el orden sobrenatural, en el orden de la gracia: Él habita en las almas que están en gracia como en un Templo.

Nos da una participación creada en su vida increada y eterna, con esta presencia maravillosa es principio en nosotros de operaciones espirituales, de virtudes, de impulsos secretos casi imperceptibles para nosotros.

Es maravilloso lo que el Señor ha creado para nosotros. Es increíble su Bondad. Y es imposible que no nos movamos a amarlo, a devolverle con nuestro amor.

Esto debe movernos a renovar nuestra ofrenda una y otra vez [234].

3º Punto: Dios se afana en enriquecernos con dones

[236] El tercero considerar cómo Dios trabaja y labora por mí en todas cosas criadas sobre la haz³ de la tierra, id est, habet se ad modum laborantis⁴. Así como en los cielos, elementos, plantas, frutos, ganados, etc., dando ser, conservando, vejetando y sensando⁵, etc. Después reflectir en mí mismo.

El creador no agota su acción en crear y conservar, sino que va mucho más allá: trabaja continuamente por nosotros; está siempre a nuestro servicio; Dios no ha olvidado ni se ha desentendido del universo ni de nosotros. Él mismo, en persona, sigue proporcionándonos todo lo que necesitamos.

Su obra por nosotros es incesante: *«no ha dejado de dar testimonio de sí mismo con sus beneficios, mandándoos desde el cielo la lluvia y las cosechas a sus tiempos, dándoos comida y alegría en abundancia».* (Hch 14,17)

Para utilizar otra imagen: es Dios como alguien que se esfuerza continuamente por deleitarnos y divertirnos, por conquistarnos: utiliza los elementos del universo en

³ Faz.

⁴ *Id est, habet se ad modum laborantis*: se comporta al modo del que trabaja.

⁵ Sintiendo.

conformidad con él para atraernos, y todos ellos, obedientes a sus mandatos, contribuyen a su propósito de salvar a la humanidad.

Esto debe movernos una vez más a repetir nuestro ofrecimiento [234].

4º Punto: Los dones de Dios son una participación de Él.

[237] El cuarto: mirar cómo todos los bienes y dones descienden de arriba, así como la medida potencia de la summa y infinita de arriba, y así justicia, bondad, piedad, misericordia, etc., así como del sol descienden los rayos, de la fuente las aguas, etc. Después acabar reflexiando en mí mismo según está dicho. Acabar con un coloquio y un Pater noster.

Reflexionar finalmente cómo **todo lo hemos recibido de arriba, vivimos gratis**. Y pensar cuánto amor nos demuestra Dios no sólo haciéndonos regalos, sino queriéndonos preparar Él mismo: no es tan valioso un regalo que me hace un amigo si lo ha comprado en el mercado como si **lo ha hecho él mismo con sus propias manos**. Así hace Dios con nosotros.

Hagamos caso de la admonición de Santiago: «No os engañéis, mis queridos hermanos. Todo buen regalo y todo don perfecto viene de arriba, procede del Padre de las luces, en el cual no hay ni alteración ni sombra de mutación. Por propia iniciativa nos engendró con la palabra de la verdad, para que seamos como una primicia de sus criaturas». (Stg 1,16-18)

«¿Qué daré a cambio al Señor por lo que me ha dado?». (Sal. 115, 12)

Es imposible encontrar algo propio que ofrecerles «pues todo lo que quisiste dar a cambio, lo recibiste de Él para que lo dieras». ⁶ Decía San Agustín.

¿Entonces qué le podemos dar al Señor? **Todo**, porque el Señor nos lo ha dado todo. Después de haber reflexionado, podemos y debemos renovar la ofrenda [234].

Además de la ofrenda que hemos hecho repetidamente: **¿hay algo más que podamos hacer?** No y sí. No podemos añadirle nada que Él no tenga ya, o que no hayamos recibido de Él. Pero sí podemos ofrecerle algo más: **todo nuestro amor**.

«Dale a Cristo tu corazón, es decir tu voluntad. Entrega tu única alma al único Dios. El Señor lo que nos pide es el corazón. Nada más que el corazón. Pero **todo** el corazón». ⁷

Decía Santa Teresa: «Mirad ese hermoso trueque, dar nuestro amor por el suyo».

Para poder darle todo nuestro amor hay que odiar lo que nos aparta de tal amor, el pecado. Hay que morir a todo lo que no es Dios para vivir del amor de Dios, del amor auténtico, del único amor auténtico que es Jesucristo, verdadero Dios y verdadero hombre. Y de un amor que ha sido manifestado en una cruz. Ése es el Amor que Dios nos tiene.

⁶ SAN AGUSTÍN, In Ep. 1 Jn. Tract. 5 n.4 PL 35 2014.

⁷ Cfr. P. BUELA, [Homilía toma de hábito de las SSVM](#) 07-11-1992.

ACTOS CONCLUSIVOS

Podemos terminar con un triple coloquio.

1. Con **Nuestra Señora**: Madre del amor hermoso, para que podamos aprender de Ella a amar verdaderamente a Dios; a decir como Ella dijo el “Si” definitivo «*He aquí la esclava del Señor*», que nosotros también podamos decir eso; que recibamos de Dios el conocimiento del amor divino por nosotros y la gracia de corresponder a este amor con el nuestro. Terminar con el *Ave María*.

2. Con **Jesús**: Él nos dijo «*...he venido a traer fuego a la tierra; y cómo quisiera que ya estuviera encendido!*»; le imploramos que se digne encender en nuestros corazones el fuego del amor divino, como se encendió en el suyo. Terminar con el *Ánima Christi*.

3. Con el **Padre** que nos ha amado y nos ha dado todas las cosas, para que le amemos todos los días de nuestra vida con todo el corazón (como Él se merece). Terminamos con el *Pater Noster*.

En fin, que **nuestras almas se decidan** «*a fundar su voluntad en la fuerza del amor humilde, en la práctica de las obras verdaderamente buenas, a sufrir imitando la vida y las mortificaciones del Hijo de Dios. Este es el camino que conduce a los bienes espirituales, no los muchos discursos interiores*».⁸

Ésta es la verdadera vida interior. Esto es lo que tenemos que hacer si queremos ser verdaderamente santos, y que con la gracia de Dios, si le damos nuestro corazón, el Señor nos dará todo el resto.

Coloquio.



Con esto se concluyen los ejercicios. La Iglesia concede **indulgencia plenaria**. Es decir, la Iglesia, pudiendo tener por parte de Dios –porque Cristo le ha concedido el poder de atar y desatar en esta Tierra- tiene el poder de perdonar la pena de nuestros pecados concediéndonos las indulgencias por haber hecho tres o más días de Ejercicios Espirituales.

⁸ P. CASANOVAS, *Comentario y explicación de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola*, Parte I, 3, 5.

Indulgencia plenaria

«*La indulgencia es la remisión ante Dios de la pena temporal por los pecados, ya perdonados en cuanto a la culpa, que un fiel dispuesto y cumpliendo determinadas condiciones consigue por mediación de la Iglesia, la cual, como administradora de la redención, distribuye y aplica con autoridad el tesoro de las satisfacciones de Cristo y de los santos*». *“La indulgencia es parcial o plenaria según libere de la pena temporal debida por los pecados en parte o totalmente” “Todo fiel puede lucrarse para sí mismo o aplicar por los difuntos, a manera de sufragio, las indulgencias tanto parciales como plenarias”*».⁹

Modo de ganar la indulgencia:

- Realizar la obra prescrita (Ejercicios Espirituales);
- Confesar y comulgar (sea el mismo día, o hasta ocho días antes o después);
- Rezar por el Santo Padre, el Papa y sus intenciones;
- Y, muy importante, rechazar todo pecado mortal y venial.

¿Porque es necesaria?

Porque cuando cometemos un pecado hay dos realidades:

- *la culpa*: se perdona con la absolución en una confesión. Dios olvida y perdona nuestros pecados.

- *la pena*: es lo que tenemos que pagar por esa culpa que tuvimos. Eso lo tenemos que descontar en esta vida con las cruces, con los sufrimientos, con las mortificaciones voluntarias. Por eso el sacerdote, después de la confesión, nos da una pequeña penitencia. Y si no lo terminamos de descontar en esta vida lo tendremos que descontar en el Purgatorio.

Dios mismo, a través de la Iglesia, para ayudarnos, nos concede estas indulgencias, de manera que esa pena nos la quita totalmente.

¡Qué gracia enorme nos da el Señor!

Dicho de otra manera:

Cuando el hombre vuelve a la comunión con Dios y recibe el perdón de los pecados, esto también implica la remisión de las penas eternas del pecado. Sin embargo, las penas temporales permanecen. La paciencia en los sufrimientos, las pruebas diarias, las obras de misericordia y caridad, la oración y las distintas prácticas de penitencia, y la misma muerte pueden ser el modo de remitir esas penas temporales. Cuando el hombre se convierte movido por una gran caridad, la purificación llega a ser total de modo que no subsiste ninguna pena por el pecado (**cf. Lc 23,42-43**). Los méritos de Cristo, de la Virgen y de los santos son como un tesoro que la Iglesia distribuye y aplica a cada uno de sus hijos. La indulgencia es la remisión ante Dios de la pena temporal por los pecados ya perdonados.

⁹ Cfr. CIC 1471-1479. 1498.

Ejemplo: Como si una persona comete un delito (culpa) debe reparar el daño (pena). Pido perdón y soy perdonado pero la pena el daño causado permanece y debe ser pagado, en esta vida [cruces]o en el purgatorio. Por eso con el poder dado por Cristo a Pedro de atar y desatar, la Iglesia concede indulgencias. De tal manera que después de obtenerla el alma se encuentra como estaba inmediatamente después del bautismo. Sin manchas. Procuremos mantenerla inmaculada de ahora en adelante.

Ofrezcamos a María Santísima todos los frutos espirituales que habéis recibido, y pidámosle la gracia de perseverar en todos los buenos propósitos, en todas las gracias y en todos los bienes que el Señor os ha dado en estos ejercicios, y sobre todo pedirle a María Santísima que nos alcance de su Hijo la gracia de poder imitarlo perfectamente.

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

¡Ave María y adelante!

San Ignacio, ruega por nosotros.