

CONSEJOS ÚTILES

Entra a estos Santos Ejercicios con grandes deseos de santidad: “al que recibe los ejercicios, mucho le aprovecha entrar en ellos *con grande ánimo y liberalidad* con su Creador y Señor, 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” (EE 5). Si no tenemos esta disposición, entonces debemos pedirla con insistencia a Dios.

Preocuparse por el "ahora". Vivir con intensidad cada momento sin preocuparse por lo que vendrá.

Hambre y sed de Dios. Los Ejercicios son *una búsqueda de Dios*, un tiempo de oración.

Silencio. El silencio es, según frase de San Juan de la Cruz, una "música callada". Callada... porque en el silencio, Dios Nuestro Señor te va a hablar sin ruido de palabras. Música... porque no hay melodía más dulce que la voz del Señor llamándote a la contrición, a la pureza de alma y la renovación de toda tu vida. Todos los grandes hombres y mujeres fueron amantes del silencio. El silencio es siempre fecundo y no hay fecundidad espiritual sin silencio.

Desapego. Si eres consciente de tener un apego a algo que te hace mal, que te lleva al pecado, o que te impide crecer espiritualmente, o hacer la voluntad de Dios, es necesario desprenderte interiormente de ello, “pidiendo a Dios lo contrario” (EE 16).

Todo a su tiempo. Los Ejercicios tienen un orden determinado que el director te irá indicando. No te adelantes en leer o pensar lo que no corresponde en éste momento. Hay tiempos para la meditación, tiempos libres, tiempos para la confesión, para la elección de estado o la reforma de vida. No te ocupes en lecturas por simple curiosidad o que te saquen del clima.

Tomar notas. Toma apuntes, sea durante la exposición del sacerdote para después poder guiarte mejor en la meditación personal; sea para anotar los propósitos, luces ó gracias que vas recibiendo. Todo ello te servirá incluso para releer y aprovecharte después de los Ejercicios.

Examinarse: al mediodía y a la noche: ¿cómo aproveché los EE, estoy distraído, los tiempos libres, el silencio, hablo con el director de los EE, tentaciones, etc.?

Hablar con el director. No dejes de frecuentar al director de los Ejercicios. Conviene hacerlo desde el principio para que te conozca, y conozca tus disposiciones o expectativas. Además, es indispensable para aclarar tus dificultades, tentaciones, gracias, propósitos, consolaciones y desolaciones, todo lo que se va produciendo en tu alma durante los Ejercicios. No comunicarse con frecuencia y confianza es prácticamente hacer estériles los Ejercicios por las muchas dificultades y tentaciones que suelen surgir.
