

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

### PRIMERA MEDITACIÓN

#### a) EL ORIGEN DEL HOMBRE

«EL HOMBRE ES CREADO POR DIOS». Con estas palabras breves y profundas empiezan los ejercicios. San Ignacio lo llama “principio y fundamento”. “Principio”, porque contiene las verdades básicas, a saber, Dios es el creador del hombre y del universo, y es Dios Padre. Y “fundamento”, porque estas verdades son como el cimiento de la vida espiritual. Sin humildad y amor de Dios todo edificio espiritual se viene abajo.

#### 1. Dios, único creador...

Dios creó al hombre. Dios me ha creado a mí.

Crear es construir sin materiales previos, es trabajar con la nada y de la nada hacer las cosas.

Las transformaciones más profundas de la materia y de la energía, que pueden realizar los hombres son meros cambios de forma. No son verdaderas creaciones pulverizar, evaporar, descomponer cuerpos químicos, desintegrar los átomos.

El creador único es Dios, porque sólo Él es omnipotente.

#### 2. Por qué crea Dios al hombre...

Lo crea por amor. Dios tiene dos definiciones en la Sagrada Escritura:

a) Una, se la da Dios a sí mismo, hablando con Moisés en el Sinaí: «Yo soy el que soy». Es decir, Dios es el que es. No ha recibido de nadie el ser. Lo tiene por sí mismo y es la fuente de donde mana el ser de todas las cosas.

b) La vida de Dios podría sintetizarse en una palabra: AMOR.

En estas dos definiciones de Dios, -ser y amor-, hay que buscar el origen y la explicación de la creación.

El amor por naturaleza es comunicativo: tiende a dar y a darse. Dios es el ser y al mismo tiempo el amor. Por eso Dios tiende a comunicar el ser, empujado por el amor.

Su amor impele a su omnipotencia y a su sabiduría para que traigan a la existencia a otros seres semejantes a Dios, a quienes poder comunicar algo de su propia felicidad.

La creación del hombre es como una expansión y explosión de la bondad y el amor divinos.

#### 3. Dios creador de la vida sobrenatural...

Crear a los hombres semejantes a Él, capaces de participar en su vida y en su felicidad; hacerlos hijos adoptivos suyos para que tuvieran derecho a la herencia de su Padre celestial.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

Aclara esto la comparación del injerto. Un árbol produce frutos de baja calidad. Se injerta en él una rama de calidad superior y la rama injertada en el árbol produce frutos más exquisitos. El árbol sustancialmente es el mismo, pero participa de una vida más perfecta por la rama, que ha sido injertada en él y sus frutos son mejores.

La Gracia es una cualidad injertada por Dios en el alma, que la eleva a un grado de vida superior y la hace participar de la misma vida divina. El alma así se capacita para conocer y amar a Dios, como Él se conoce y se ama.

### 3. Conclusión y resoluciones...

Dios me ha creado. Luego yo, de mi propia cosecha, soy nada, pura nada. La nada no merece más que olvido y desprecio. Qué disparate la soberbia, los humos, la autosuficiencia, el “yo me lo sé todo”. Postura del alma, la humildad. Reconocer el desorden de mi vida.

Dios es mi Dueño. Dueño total de mi ser: cuerpo, alma, sentidos y potencias, libertad, vida, sentimientos, corazón, afectos, gracias y cualidades. Dueño total y absoluto. Qué disparate la profanación ilícita de mi cuerpo y de mi alma. Es como un robo, que hago a Dios. Cuánto desorden en mi vida. Actitud de mi alma: la entrega y sumisión a la voluntad divina. Orar y pedírselo a Dios.

Dios es mi Padre. Me dio el ser natural. Me eligió entre tantos seres posibles para llamarme a la existencia. Me amó con amor de predilección y pensó en mí desde la eternidad. Me dio, además, el ser de la Gracia, o la vida sobrenatural. Me hizo suyo, llamándome al eterno destino de vivir y gozar con Él por toda una eternidad. Actitud de mi alma: el amor, la gratitud, el reconocimiento, ¿Busco yo en la vida algo fuera de esto?

Hacer de esta meditación el primer pilar de mi vida espiritual. No ser como aquel que edificó su casa sobre arena...

### b) EL FIN DEL HOMBRE

San Ignacio condensa el destino temporal y eterno del hombre en estas palabras: «EL HOMBRE ES CREADO PARA ALABAR, HACER REVERENCIA Y SERVIR A DIOS NUESTRO SEÑOR Y, MEDIANTE ESTO, SALVAR EL ALMA».

#### 1. Alabar a Dios...

Alabar a una persona es reconocer sus excelencias, estimarla por ellas y exteriorizar esa estima con elogios merecidos.

Alabar a Dios será: reconocer sus atributos, su ciencia, su hermosura, su poder, su justicia y su bondad estimar estas perfecciones divinas en su justo valor y manifestar a Dios esta estima con demostraciones externas.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

Es el mismo fin de los ángeles y bienaventurados en el cielo: «Santo, santo, santo, llenos están los cielos y la tierra de tu eterna gloria».

Todo en mi vida debe ser un incensario que alabe a Dios: talento, cualidades, simpatía... Todo para Dios.

Y yo que quizá lo he hecho servir para el pecado, para la vanidad, para la tontería, para la ambición, para las criaturas en afición desordenada.

Cuánto desorden hay en mi vida. Detestarlo para siempre.

### 2. Reverenciar a Dios...

Reverencia es el respeto a la superioridad ajena.

Presupone el reconocimiento de la grandeza del otro, superior a la nuestra y digna de acatamiento... Esta es la reverencia interna. Exteriormente se manifiesta con actitudes respetuosas.

Que Dios se abaje y se allane para atraer a los hombres no es motivo para que éstos le nieguen el respeto que merece.

¿Cómo son mis actitudes delante de Dios, aunque esté solo? ¿Qué expresiones empleo al hablar de Dios y de Jesucristo? ¿Cómo le trato en la oración? ¿Cuál es mi actitud al acercarme a comulgar? Decía Abrahán: «Hablaré al Señor, aunque soy polvo y ceniza». Y con estos sentimientos se acercaba a la Majestad de Dios. ¿Son estos mis sentimientos?

### 3. Servir a Dios...

Servir es una actitud de adhesión a Dios, cumpliendo su voluntad en todo, porque lo que quiere Dios siempre es el bien mejor para mí.

Dios tiene otros modos de manifestar su voluntad a cada hombre en particular.

Uno es su conciencia rectamente formada. Por eso dice San Pablo en Romanos 2, 15: «el hombre lleva en su corazón la ley escrita por Dios, a la que su propia dignidad le obliga a obedecer y según la cual será juzgado».

Otras veces son los acontecimientos. Todos los acontecimientos de la vida, fracasos, muertes repentinas, etc. nos indican lo que Dios quiere, porque es el Señor de la historia y dirige los acontecimientos siempre para nuestro bien definitivo.

### 4. Y, mediante esto, salvar el alma...

Mediante la alabanza, reverencia y el servicio de Dios, el hombre salva su alma.

Quien alaba, reverencia y sirve a Dios se libra del pecado mortal en esta vida y del castigo eterno del pecado en la otra.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

Cuando se habla de la salvación del alma, se suele entender la salvación completa y definitiva: liberación del mal supremo, que es la separación de Dios en el infierno y posesión del bien sumo en el cielo, posesión de Dios eternamente.

¿Me salvaré? La salvación del hombre es condicionada, es decir, me salvaré, si glorifico y sirvo a Dios en este mundo.

Es una alternativa pavorosa: cielo o infierno, salvación o condenación. San Pablo nos exhorta: «Con temor y con temblor trabajad en conseguir vuestra salvación eterna».

Todos los problemas de este mundo son de «céntimo» y «perra chica» al lado de este tan trascendental y definitivo.

Confianza en Dios, que no quiere condenarme, que me ha traído a la existencia y me ha modelado a semejanza suya para que viva con Él en el cielo participando de su misma felicidad.

Confianza en Jesucristo. Ningún millonario emplea su capital en comprar un cuadro artístico y arrojarlo después a las llamas. Jesucristo dio su sangre y su vida para comprar mi alma.

Confianza en la Virgen María. Ninguna madre quiere la desgracia de su hijo, que le ha costado muchos sufrimientos y lágrimas. Mi madre del cielo ha sufrido y ha llorado mucho por mí.

### 5. Conclusión y resoluciones...

Mi fin y mi último destino eterno. Este es el segundo cimiento de mi vida espiritual y cristiana. No lo perderé de vista jamás. Lo meditaré muchas veces en el año.

Mi oración a Dios será la del salmo: «Señor, que yo conozca mi fin». O aquella otra también de otro salmo: «Enséñame a hacer tu voluntad, porque tú eres mi Dios».

Repetiré también la exclamación de San Pablo en el camino de Damasco: «Señor, ¿qué quieres que haga?»

### c) LAS CRIATURAS

«Y TODAS LAS OTRAS COSAS SOBRE LA HAZ DE LA TIERRA SON CREADAS POR DIOS PARA EL HOMBRE, PARA QUE LE AYUDEN A CONSEGUIR SU ÚLTIMO FIN», dice el texto ignaciano. Dios da al hombre un destino eterno y glorioso, digno del hombre y digno de Dios. Luego Dios tiene que proporcionar al hombre medios eficaces para conseguir ese destino. Y estos medios son las criaturas.

#### 1. Su origen...

Por criatura entendemos todo lo que no es ni Dios ni yo.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

Por consiguiente, son criaturas todos los demás hombres que están fuera de mí y el mundo que me rodea con todas sus cosas: alimento, vestido, habitación, frío, calor, etc.

En el orden espiritual, lo mismo: es criatura todo lo que no es ni Dios ni yo. Criatura son las gracias, el sacerdocio, los ángeles, las divinas inspiraciones.

En el orden de los acontecimientos son todos los sucesos, que de alguna manera me pueden afectar, como la guerra, la enfermedad, la muerte de seres queridos, la persecución, la calumnia, una tribulación, un fracaso, una traición, etc.

Todas estas criaturas son de Dios, porque Él las ha creado.

Las criaturas son de Dios. Luego en sí, son nada. Pura nada. Si son nada, no apegar el corazón a ellas. No apegues el corazón al dinero, ni a las honras vanas, que pueden labrar tu propia ruina. Si eres esposo, ama a tu mujer y tus hijos por amor de Dios y con toda el alma, pero no apegues el corazón a otras criaturas, por muy bellas que sean, que pueden hacer desgraciado tu matrimonio.

Son de Dios. Luego no mías. Las poseo en renta, no en propiedad. He de dar cuenta al Amo y Señor de ellas. Riqueza, ciencia, autoridad y mando, cargos, profesión, tiempo, libros, cosas, fincas..., todo es de Dios y no mío. Un día tendré que dar cuenta a Dios del uso o mal uso que he hecho de ello. Nada de todo esto es mío, pero ¡cuánto hizo Dios para mí! Afectos de alabanza, de gratitud y de admiración. Nada es mío, pero todo lo hizo Dios para mí...

### 2. Su fin...

Dios creó todas las criaturas para mí, pero no para lo que yo quiera, para enriquecerme, para envanecerme, para endiosarme, sino para hacer de ellas lo que Dios quiere, es decir, para que me ayuden a conseguir mi último fin.

Las criaturas son medio y no fin. Como el tren: en cuanto llegas al término del viaje, lo dejas; o como las medicinas: las dejas en seguida que sanas; o como las escaleras de tu casa. Las criaturas se ponen a disposición del hombre y le dicen: Dios te ha hecho nuestro rey. Aceptamos tu realeza y nos ponemos en tus manos para ayudarte en el servicio de Dios y salvación de tu alma. Pero no nos utilices para pecar, para ofender a nuestro Creador. No nos violentes...

### 3. La ley del tanto cuanto...

“USARÉ DE LAS COSAS TANTO CUANTO ME AYUDEN A CONSEGUIR MI FIN», dice el texto ignaciano.

La regla del mundo es otra. Usaré de las cosas tanto cuanto me gusten. Esto me gusta, me divierte, me enriquece, me deleita, me hace feliz... Gran error, porque Dios me ha dado las cosas para amarle, servirle y salvarme. Por encima de todo.

---

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

«ME ABSTENDRÉ DE LAS COSAS TANTO CUANTO ME IMPIDAN CONSEGUIR MI FIN». Esta como la anterior es la regla de la razón, iluminada por la fe.

Pero he aquí la regla del mundo. Me abstendré de las cosas tanto cuanto me disgusten. Dejo Misa, confesión, comunión, oración, meditación y demás ejercicios sustanciales de piedad cristiana porque me disgustan, me cansan, me aburren. No dejo esto, aunque me impida conseguir mi fin, porque me agrada, me divierte, me ensalza. No dejo el negocio sucio porque me enriquece, ni dejo el trato ilícito con esta mujer porque me hace feliz.

Otro gran disparate, porque “¿de qué le aprovecha al hombre ganar todo el mundo, si pierde su alma?” -dice Jesús en el Evangelio. «PARA TODAS LAS DEMÁS COSAS PERMITIDAS Y NO PROHIBIDAS HACERME INDIFERENCIA», dice el texto ignaciano.

### 4. Conclusión y resoluciones...

Hacer de esta meditación el tercer cimiento de mi vida espiritual. Que se forme en mi inteligencia un criterio, una luz clara acerca del uso de las criaturas.

No profanar nunca las criaturas, empleándolas en contra de su fin, empleándolas para pecar y ofender a Dios, violentándolas y retorciéndolas en su naturaleza.

Me examinaré acerca de esto para corregir el desorden de mi vida. Pediré a Dios que me ilumine. Mucha oración y generosidad.

### d) LA SANTA INDIFERENCIA

«POR LO CUAL ES MENESTER HACERNOS INDIFERENTES A TODAS LAS COSAS CREADAS, DE TAL MANERA QUE NO QUERAMOS MÁS SALUD QUE ENFERMEDAD, RIQUEZA QUE POBREZA, HONOR QUE DESHONOR, VIDA LARGA QUE CORTA... SOLAMENTE DESEANDO Y ELIGIENDO LO QUE MÁS CONDUCE AL FIN PARA ÉL QUE HEMOS SIDO CREADOS», dice el texto ignaciano.

#### 1. En qué consiste...

La indiferencia no es insensibilidad.

El hombre siente naturalmente inclinación a lo que le agrada y repulsión a lo que le disgusta. No lo puede evitar. La naturaleza humana se inclina a la riqueza, al honor, a la salud, a la vida larga y rehúye la pobreza, el deshonor, la enfermedad y la muerte.

No pretende San Ignacio destruir las inclinaciones y repulsiones naturales. Quiere sencillamente que la voluntad humana no se deje arrastrar por ellas. Que no se decida a aceptar una cosa porque es agradable, ni a rechazar otra porque es desagradable. Pretende que la voluntad escoja lo que más ayude para el destino eterno del hombre, sobreponiéndose a todos los atractivos y repugnancias.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

### 2. Los cuatro ejemplos...

San Ignacio pone estos cuatro ejemplos.

**El dinero.** Es bueno en sí mismo, pero se puede utilizar para el bien o para el mal. Hubo santos muy ricos y cuántas cosas buenas realizaron con el buen uso de las riquezas. A estas personas el dinero les ayudó a la santidad.

Pero cuántos ricos se perdieron por el dinero, como el rico Epulón de la parábola. Los grandes vicios, los más refinados, requieren mucho dinero. El dinero es pábulo de soberbia y de orgullo. Por eso dice Jesús «¡Qué difícil es que un rico se salve!».

En estas alternativas yo debo preguntarme: a mí el dinero ¿me ayudará para santificarme o para condenarme?

**El honor.** Los cargos influyentes, el prestigio ante los demás, la elevada posición social franquea muchas puertas y dispone de muchos recursos, que pueden utilizarse para el bien.

Pero no todas las personas tienen la cabeza firme para andar por las alturas. Los puestos elevados y el aplauso de los hombres son el mejor combustible de la soberbia y del orgullo. ¡Con ellos qué difícil es la humildad verdadera! La humillación, el deshonor es el instrumento con que abre Dios la zanja de la humildad para levantar sobre ella el edificio de la santidad.

A mí el honor ¿me ayudará para glorificar a Dios o para ofenderle?

**La salud.** Gran beneficio de Dios. Cuántas obras de celo pueden llevarse a cabo con una buena salud. Pero también la salud puede ayudar a pecar y ofender a Dios. Muchos viciosos no ofenderían tanto a Dios, si pasaran la vida en el lecho del dolor. Y, al contrario, la enfermedad a unos les ayuda a desesperarse y a otros a santificarse. ¿Y a mí?

**La vida larga.** Cuanto más larga la vida, de más tiempo dispongo para acumular méritos sobrenaturales, más obras apostólicas puedo llevar a cabo, más cielo puedo ganar. Pero hay quien emplea los años en multiplicar los pecados y en acumular castigos.

¿Cómo los aprovecharé yo? ¿Para bien o para mal?

### 3. Su necesidad...

«POR LO CUAL ES MENESTER HACERNOS INDIFERENTES» -dice San Ignacio.

El hombre naturalmente no es indiferente para las cosas, que le agradan o le disgustan. Por eso estos ejercicios pretenden precisamente crear en el alma la indiferencia, para que se pueda elegir acertadamente lo que Dios quiera.

## Primer día – DÍA DE DESEOS Y CONTRICCIÓN

---

Podríamos definir la indiferencia ignaciana, diciendo que es la disponibilidad completa e incondicional del hombre para cumplir la voluntad divina, sobreponiéndose a todas las resistencias de atracciones y repulsiones, que hay en la naturaleza del hombre.

Por eso es completamente necesario que el alma adquiriera esa disposición de espíritu. Sin ella sentirá gran dificultad en aceptar la voluntad divina, si es costosa.

Y no sólo esto, sino que, además, estará incapacitado para encontrarla, pues la condición del hombre es tal, que llegaría a convencerse de que Dios quiere para él lo que le agrada y hacia lo cual se siente inclinado naturalmente.

Por eso toda la táctica ignaciana va encaminada a colocar al hombre en estado de indiferencia, es decir, de completa disponibilidad en manos de Dios.

### 4. Conclusión y resoluciones...

Hacerme indiferente. No dice San Ignacio: «ser», sino «HACERME INDIFERENTE», ponerme como cera blanda en manos de Dios. Que Él haga de mí lo que quiera.

Cuando llegó para Jesús el paso definitivo de la cruz, lo dio sin vacilar. ¿Cómo se explica tan gran sacrificio? Porque el príncipe de este mundo, el demonio, en él no encontró nada. Es decir, porque su corazón estaba indiferente, libre de ataduras.

El demonio, ya que no puede frustrar la Gracia, trata de frustrar la santidad. ¿Maromas de pecados? No; pero apegos de criaturas, sí. De ahí la necesidad de liberar el corazón.

¿Qué es liberar el corazón? Hacerse indiferente a todas las criaturas.

Dios es inmenso, y es propio de la inmensidad llenar todos los vacíos. Cuando nuestro corazón está libre y vacío, Él se apresura a llenarlo y a poseerlo.