

¿Qué debo hacer?

(El modo ignaciano de tomar decisiones)

Probablemente, la decisión más difícil que he tenido que tomar como jesuita ha sido la de optar por permanecer en la Compañía o por abandonarla después de que me retrasaran mis estudios de teología. Yo había hecho un voto perpetuo a Dios, pero, de alguna manera, la vida parecía estar apartándose de mi compromiso original. (La decisión ahora parece fácil; pero, como muchas otras, a mí no me lo pareció en su momento). Y yo sabía que era una decisión que cambiaría mi vida. Afortunadamente, mi director espiritual era experto en lo que los jesuitas llamamos «discernimiento».

«Discernimiento» es el término genérico para la práctica de toma de decisiones esbozada por san Ignacio en los Ejercicios Espirituales. Se considera que un superior jesuita es bueno discerniendo no solo cuando se toma en serio la necesidad de orar antes de tomar cualquier decisión, sino también cuando domina las técnicas específicas que Ignacio establece para llegar a una buena decisión.

Como he dicho en el capítulo anterior, los jesuitas creemos que cuando hay que tomar decisiones, especialmente en lo que se refiere a los destinos, es esencial realizar un buen proceso. También creemos que, si tanto el superior como el súbdito tratan de escuchar la voz de Dios, entonces pueden confiar en que este habrá de ayudarles en dicho proceso. Por lo tanto, incluso cuando un jesuita es enviado adonde preferiría no ir, su disgusto se ve atemperado si el discernimiento ha sido cuidadoso. Análogamente, cuando va adonde *sí desea* ir, si el discernimiento ha sido superficial, puede subsistir la duda acerca de si la decisión ha sido tomada debidamente.

James Martel, S.J.

"Más en las cosas que en las palabras" Mensajes 2011.
St. John Terminal.

Nuestras técnicas de toma de decisiones proceden principalmente de las prácticas esbozadas en los Ejercicios Espirituales. Ignacio, partiendo de la base de que quienes hacen los Ejercicios llegan a un punto crucial de su vida, incluye algunas técnicas excelentes para adoptar buenas decisiones que examinaremos en este capítulo. El método de Ignacio nos ayudará a responder a la pregunta «¿Qué debo hacer?».

Las prácticas maneras ignacianas de tomar decisiones han demostrado ser de gran utilidad para millones de personas que las han adoptado. Pero pueden parecer un tanto abstractas, por lo que recurriré a algunos ejemplos de la vida real para ilustrar lo que dice Ignacio.

Indiferencia

Antes de entrar en el proceso de toma de decisiones, Ignacio nos pide que tratemos de ser «indiferentes». Dicho de otro modo, que tratemos de enfocar el proceso de toma de decisión lo más libremente posible. «Te ruego, Señor, que elimines todo cuanto nos separa a mí de ti, y a ti de mí», como decía Pedro Fabro.

La «indiferencia» puede fácilmente malinterpretarse. Cuando la mayoría de la gente oye esta palabra, piensa no en ser libre, sino en estar aburrido o desinteresado. Hace unos años, un joven realmente angustiado, que acababa de comprometerse con una muchacha, acudió a mí con un problema: no estaba seguro de estar preparado para un compromiso de por vida. Obviamente, el dilema era bastante doloroso. Durante nuestra primera entrevista, le dije: «Bueno, ante todo, tienes que empezar por la indiferencia».

«¿Indiferencia? —me respondió— ¡Es de mi *vida* de lo que estamos hablando!».

En lo que piensa Ignacio cuando habla de «indiferencia» es en la libertad. La libertad para enfocar cada decisión de manera nueva. La capacidad de distanciarse de las propias tendencias iniciales y recaptar; la disposición a sopesar cuidadosamente las alternativas. Es decir, la apertura a la intervención de Dios en la propia vida. George E. Ganss, SJ, uno de los traductores modernos de los *Ejercicios Espirituales*, dice que «indiferente» significa

«...no determinado por una cosa u opción más que por otra; imparcial; sin prejuicios; con la decisión en suspenso hasta conocer las razones para optar con sabiduría y conocimiento de causa; aún no decidido».

Ganss concluye con lo que, menos elocuentemente, dije yo al joven que pensaba en posponer su boda: «No significa en modo alguno desinterés o falta de importancia, sino que implica libertad interior».

Toda decisión importante tiene algún gravamen. Detrás de la pregunta «¿Debería casarme con esta persona?» o «¿Debería seguir con mis planes de boda?» puede estar, como obstáculo o impedimento para decidir, tu prometido/a, o tus padres, o tu mejor amigo/a... presionándote para que te cases o para que no modifiques tus planes.

Pero aunque el consejo de los amigos y de la familia puede ayudarnos a tomar una decisión acertada, Ignacio nos pide que empecemos el proceso de toma de decisiones del modo más imparcial posible. Y esa pizca de sentido común se olvida con frecuencia.

Por emplear una conocida imagen ignaciana, deberíamos tratar de ser como el «fiel de una balanza». Si el lector ha visto alguna vez una esas antiguas balanzas de platillos que se utilizaban en las carnicerías para pesar la carne, recordará que tenían una flecha metálica que apuntaba directamente hacia arriba —hacia el cero— cuando la balanza estaba vacía y en absoluto reposo, sin que nada la inclinara hacia uno u otro lado.

A esto es a lo que se refiere Ignacio. Cuando nos disponemos a tomar una decisión, debemos emular al fiel de la balanza y no inclinarnos hacia ningún lado. No imitar al carnicero sin escrúpulos que presiona disimuladamente el platillo con el pulgar para engañar en el peso. Eso es estafar. Comenzar pensando que debes decidirte por una opción determinada significa que tú mismo falseas la decisión.

La indiferencia en la toma de decisiones es difícil de lograr. El joven que planeaba su matrimonio se encontraba en medio de una seria crisis emocional en la que la indiferencia parecía casi imposible. Pero es un objetivo importante. Como todas las cosas en la vida espiritual, aunque trates de ir hacia ella y te esfuerces por ser lo más libre posible, la indiferencia es producto de la gracia de Dios.

Ignacio se corta el pelo

Muchas de las famosas prácticas de Ignacio para tomar las decisiones correctas se basan en la experiencia de su propia vida. El ejemplo más temprano, como ya he dicho, fue la iluminación que recibió cuando leía la vida de Cristo y las vidas de los santos. Después de pensar en emular a estos últimos, se sentía lleno de paz. Cuando pensaba en hacer cosas más mundanas («imaginando lo que había de hacer en servicio de una señora»), experimentaba aridez. Poco a poco, fue viendo que ese era el modo en que Dios estaba guiándole.

Ignacio comprendió que, si actúas de acuerdo con los deseos que Dios tiene respecto de ti, experimentarás de manera natural una sensación de paz. Esta idea —que aceptar la invitación de Dios conduce a la paz— es central en el discernimiento ignaciano. Si estás en sintonía con la presencia de Dios dentro de ti, experimentarás una sensación de adecuación y de paz que Ignacio denomina «consolación» y que es un indicio de que estás en el buen camino.

Por el contrario, los sentimientos de «desolación» espiritual, que Ignacio describe como «inquietud de varias agitaciones y tentaciones», indican que estás en el *mal* camino. Los pensamientos y sentimientos que brotan de la consolación y de la desolación son opuestos. Unos te llevan al buen camino, a la acción debida, a la relación con Dios; los otros, en la dirección opuesta.

De los Ejercicios Espirituales

Dado que la consolación y la desolación son centrales en el discernimiento ignaciano, veamos las definiciones originales de Ignacio. Por «consolación» se refiere no solo a sentimientos que hacen al alma «inflamarse en amor» de Dios e incluso verter lágrimas por el amor de Dios, sino también

«...todo aumento de esperanza, fe y caridad, y toda alegría interna que llama y atrae a las cosas celestiales y a la propia salud de su ánima, quietándola y pacificándola en su Criador y Señor».

Por «desolación» se refiere Ignacio a sentimientos que son «contrarios» a la consolación, es decir,

«...*escuridad* del ánima, turbación en ella, moción a las cosas bajas y terrenas, inquietud de varias agitaciones y tentaciones, moviendo a infidencia, sin esperanza, sin amor, hallándose toda perezosa, tibia, triste y como separada de su Criador y Señor».

Estos sentimientos, que Ignacio conocía desde su conversión inicial, así como por sus años de oración postreiros y por la dirección espiritual de innumerables personas, permiten discernir qué decisiones nos ayudarán a acercarnos a Dios.

Este elemento básico del discernimiento ignaciano hunde sus raíces en las experiencias de Ignacio, así como en sus observaciones acerca de cómo actuaba Dios en la vida de otras personas. David Lonsdale, que enseña espiritualidad en el Heythrop College de Londres, aborda el discernimiento en su libro *Ojos para ver, oídos para oír*. El discernimiento, dice Lonsdale, consiste en una «interpretación y evaluación espiritual de los sentimientos, y en particular de la dirección en que nos movemos en virtud de ellos». Michael Ivens, SJ, en *Understanding the Spiritual Exercises*, dice que es «el reconocimiento de la acción del Espíritu Santo en la conciencia humana». David Fleming lo llama «toma de decisión de un corazón amante».

El discernimiento tiene una finalidad práctica. No es un simple medio para tratar de descubrir la voluntad de Dios, ni es tampoco únicamente un modo de acercarse más a Dios en la oración. El discernimiento ayuda a decidir cuál es el mejor modo de *actuar*. No tiene que ver simplemente con la relación con solo Dios, sino con el hecho de vivir tu fe en el mundo real. Ignacio era un místico que buscaba resultados prácticos.

Y como hombre práctico, no era contrario a cambiar de opinión ante la aparición de nuevos datos.

No mucho después de su conversión, como ya he dicho, se retiró a una fría y húmeda cueva situada en las afueras de Manresa. Con

su entusiasmo característico, Ignacio decidió que, al objeto de renunciar a su antigua vanidad, tomaría la dirección opuesta. Aquel hombre, anteriormente vano y presuntuoso, dejaría de preocuparse por su apariencia, dejándose crecer los cabellos y negándose a cortarse las uñas de los pies y de las manos. El que había sido un elegante cortesano debía de tener un aspecto espantoso.

Pocos meses después, invitó su decisión. ¿Qué había sucedido? Simplemente, había llegado a la conclusión de que su austeridad apenas le ayudaba a lograr su objetivo último de «ayudar a las almas». Aunque había adoptado aquella penitencia por una buena razón, la abandonó para cumplir sus propósitos. Las razones son difíciles de discernir: tal vez comprendiera que su estrafalario aspecto repelía a la gente. Pero, fuera cual fuese su motivación, escribió: «Dejó aquellos extremos que de antes tenía».

Consiguientemente, emprendió el camino de la moderación, atemperando las severas penitencias religiosas tan populares en su tiempo. Años después, aconsejaba a los jesuitas que no emprendieran semejantes prácticas austeras si les impedían trabajar eficazmente. En las *Constituciones* aconsejaba a los jesuitas que fueran moderados en todas las cosas y conservaran la salud: comer comida sana, hacer ejercicio y gozar del descanso necesario, con el fin de poder realizar su trabajo: «El cuidado competente de mirar cómo se conserve para el servicio divino la salud y fuerzas corporales es loable, y todos deberían tenerlo», decía muy sensatamente.

Una decisión aparentemente menor, como la de cortarse el pelo, constituyó una de las primeras ocasiones en que Ignacio sopesó los pros y los contras de una acción determinada y le permitió comprender la necesidad de una evaluación constante.

Años después de su conversión, mientras celebraba la misa, a menudo se sentía embargado de emoción, al punto de que en muchas ocasiones derramaba lágrimas en abundancia. Pero esto se convirtió en una carga física enorme, y las lágrimas le afectaron a la vista, de modo que decidió dejar sus misas por algún tiempo, a fin de recuperar la salud y poder trabajar mejor. Para Ignacio, el discernimiento implicaba con mucha frecuencia un cambio de dirección.

Ignacio era lo bastante «indiferente» como para aprender de sus experiencias. El peregrino ascerta que descuidaba su salud pudo, con gran libertad, cambiar de curso y, posteriormente, aconsejar a los jesuitas que cuidaran su salud. Y uno de los mayores místicos de la his-

toria cristiana pudo reducir su tiempo de oración y prevenir a los jesuitas contra la oración excesiva, con el fin de que esta no les apartara de su trabajo. Ignacio comprendió que alcanzar el objetivo significaba a veces cambiar de rumbo, y a veces incluso virar en redondo.

Uno de sus primeros compañeros, Jerónimo Nadal, escribió que, incluso cuando se trataba de planificar la dirección de la Compañía de Jesús, «era llevado gentilmente adonde no sabía».

Una última digresión antes de examinar su práctica en la toma de decisiones: para Ignacio, cualquier elección madura ha de ser entre cosas buenas. Dicho de otro modo: no ha de tomarse en consideración nada que sea manifestamente malo. Por tanto, la pregunta «¿Debería darle un puñetazo a mi jefe por ser un imbécil?» no merece ser considerada, como tampoco merece serlo esta otra: «¿Debería talar el arce de mi vecino si sigue dejando caer sobre mi cuidado césped esas asquerosas hojas que tengo que recoger todos los sábados?». Ambas son, obviamente, malas opciones y, por más justificado que uno se sienta para deseñar tomarlas, no son las opciones que Ignacio piensa que han de tenerse en consideración. (Obviamente, no olvidó que Ignacio era su propio jefe y que nunca vivió en un chalet).

Algunos asuntos no son negociables. Según Ignacio, si has tomado una decisión «inmodificable», debes atenerte a ella. Los compromisos han de ser cumplidos. Si has tomado una decisión «modificable» por buenas razones, y estás cómodo con ella, y no ves razón alguna para cambiar las cosas, no te molestes en tomar una nueva decisión.

Por eso yo no acudo a mis Ejercicios anuales con la duda de si debo o no seguir siendo jesuita. De vez en cuando, puedo buscar más claridad e incluso sentirme tentado a pensar en abandonar (o, como bromea mi amigo Chris, puedo sentirme tentado a «pensar en pensar en abandonar»). Pero eso no es algo que requiera una decisión. Ignacio diría: no pierdas el tiempo; ya has adoptado un compromiso.

Y si has tomado una buena decisión y de pronto te sientes abatido, no es una señal de que debas reconsiderarla. Supongamos que has decidido ser una persona más generosa y perdonar a alguien con quien has estado enemistado durante meses. Entonces hablas con él. Si tu perdón no parece sanar la relación inmediatamente, no significa que debas dejar de ser una persona que desea perdonar. «Cuanto has tomado una buena decisión para servir a Dios mejor, y al cabo de un tiempo entras en desolación, no debes modificar tu decisión; difícilmente será el buen espíritu el que te impulse a ello», di-

ce Joseph Tetlow en *Making Choices in Christ*. «Cuando te sientas abatido, harías bien en orar un poco más y tratar de ayudar aún más a quienes te rodean».

Por otro lado, si no has tomado debidamente una decisión modificable, puedes volver sobre ella, porque «aprovecha hacer la elección debidamente», dice Ignacio. Y si has tomado una mala decisión que aún puede modificarse, ¿por qué no mirar las cosas de una nueva manera?

En los Ejercicios, Ignacio enumera tres «tiempos para hacer elección» que podrían también describirse como tres situaciones en las que nos encontramos frente a una decisión. Ahora bien, la argumentación subsiguiente puede parecer artificiosa en algunos momentos, e incluso el lector puede sentirse inicialmente un tanto desconcertado por la terminología y los distintos pasos. Tal fue al menos mi primera reacción cuando fui introducido a esta práctica siendo novicio.

Pero no hay que preocuparse. Tal vez porque provenía de una escuela militar, o quizá por la necesidad de manejar una orden religiosa bastante numerosa, a Ignacio le gustaba que las cosas estuvieran cuidadosamente ordenadas. Por consiguiente, en los Ejercicios Espirituales abundan las listas, la mayoría de las cuales con tan solo dos o tres ítems: las Dos Banderas, las Tres Maneras de Humildad, los Tres Tiempos para Hacer Elección... A veces no parece tratarse tanto de oración cuanto de álgebra.

Y no se preocupe el lector si le resulta confusa la argumentación con respecto al tiempo (de elección) o a la manera (de humildad) en que se encuentra. Más importante es aún descubrir algunas técnicas, o combinaciones de técnicas, que se le adapten. Al final, si uno practica lo bastante, comprobará que esas técnicas se convierten en una segunda naturaleza.

Y descubrirá también algo más acerca de estas técnicas para la toma de decisiones: que funcionan.

Los Tres Tiempos

El Primer Tiempo

A veces no hay la menor duda acerca de lo que hay que hacer. Se trata entonces de una toma de decisión en el Primer Tiempo. Tu decisión llega, dice Ignacio, «sin dudar ni poder dudar».

Un ejemplo: has estado buscando empleo en una ciudad concreta con una empresa concreta y a partir de un momento concreto. Después de meses de entrevistas, das con el trabajo. Estás loco de contento con tu buena suerte y seguro de que tomas la decisión correcta. Entonces aceptas el nuevo trabajo de inmediato, sin pensarlo apenas.

Ignacio compara el Primer Tiempo con la historia de san Pablo, que se vio cegado por una luz celestial y escuchó la voz de Jesús. No había duda alguna: a Pablo se le pedía que fuera a Damasco, y así lo hizo.

Hace poco, un actor me contó que se había enamorado de la profesión de actor en la escuela. Decidió que era lo que quería después de interpretar su primera obra y nunca había mirado atrás ni había lamentado su decisión: «Me gustaba tanto actuar que me dolía», me dijo. Estraba claro: Primer Tiempo.

El libro *The Spiritual Exercises Reclaimed* refiere un maravilloso ejemplo del Primer Tiempo a propósito de una mujer conocida por uno de los tres autores, la cual le había dicho:

«He pasado los últimos veinte años llevando a mi marido al trabajo, y después a mis hijos a la escuela. Me he sentido feliz de llevar a los niños a la liga de béisbol infantil, pero ahora ha llegado mi momento. Hay un centro de estudios comunitario cerca, y mi hijo acaba de sacar el carné de conducir, así que no tengo necesidad de ir a buscarlo a la escuela. Ahora soy yo la que está estudiando. Es el momento oportuno y lo que debo hacer. No me cabe la menor duda».

En todos estos casos, se toma una decisión, y aunque algunos quizá no comparen su experiencia con la de san Pablo, no cabe duda. En cierto sentido, la respuesta llega en cuanto se hace la pregunta.

La decisión de entrar en una orden religiosa fue para mí algo similar. En un capítulo anterior he dicho que volví a casa una noche después del trabajo y di con un documental sobre Thomas Merton

que me movió a entrar en una orden religiosa. Mirando atrás, aquella fue una decisión tomada en el Primer Tiempo.

Por entonces, yo estaba trabajando para la General Electric en Stamford, Connecticut, en recursos humanos. Cuando llegué a mi piso aquella noche —piso que compartía con dos amigos—, eran casi las nueve. Después de cambiarme de ropa, rebusqué en la nevera a ver si había algunas sobras, metí un plato de spaghetti en el microondas, me senté frente a la televisión y empecé a hacer «zapping».

Y en una de esas di con un documental acerca de un monje trapense del que nunca había oído hablar. Toda clase de gente —músicos, escritores, eruditos...— aparecían en la pantalla para dar testimonio de la influencia que había tenido en su vida. El programa explicaba el largo proceso de conversión de Thomas Merton, desde que era un niño solitario, pasando por su etapa de universitario rebelde, posteriormente licenciado sin rumbo, católico recién convertido, hasta llegar a ser al fin monje trapense. Pero la parte más atrayente del programa no era la historia de Merton, sino sus fotos. Su rostro irradiaba una serenidad desconocida para mí y que me atraía mucho.

Al día siguiente, compré y empecé a leer la autobiografía de Merton, *La montaña de los siete círculos*. Una noche, cuando terminé de leer el libro, se me ocurrió que quería hacer lo que Merton había hecho en los años cuarenta: dejar atrás una vida de confusión y entrar en una orden religiosa. (Apenas sabía yo que la vida en una orden religiosa no está exenta de confusión). Con el tiempo, me enteré de más cosas acerca de los jesuitas, la orden religiosa que parecía encajar mejor conmigo.

Sin embargo, aunque el deseo de entrar en una orden religiosa nació aquella noche, me resistí a él. Pasarían dos años antes de que pudiera verlo con absoluta claridad. Después de que me sumiera de nuevo en el trabajo, la idea de entrar en la vida religiosa permaneció latente en mi espíritu, como una semilla lista para brotar en cuanto recibiera algo de agua.

Finalmente, una persona —un psicólogo al que acudía, debido al estrés en el trabajo— regó esa semilla. Me hizo una pregunta que me ayudó a poner nombre a mi deseo. Estaba yo un día quejándome de mi trabajo, porque no me satisfacía, no me resultaba agradable y no era algo que pudiera pensar en seguir haciendo muchos más años.

Finalmente, él me dijo: «¿Qué harías si pudieras hacer lo que quisieras?».

La respuesta llegó como si hubiera estado esperando allí toda mi vida. «Es fácil —le dije—. ¡Me haría jesuita!».

Y él me dijo: «Bueno, ¿y por qué no lo haces?».

«Sí —dije yo—, ¿por qué no?».

De pronto, el camino hacia los jesuitas se me hizo claro. Aunque yo sabía poco acerca de los jesuitas, y menos aún acerca del proceso necesario para ingresar en la Orden, estaba seguro de que quería hacerlo inmediatamente. Era un momento de auténtica certeza. Al igual que le ocurrió a san Pablo, fue como si una especie de escamas se me desprendieran de los ojos. Como dice Ignacio, ni dudé ni podía dudarlo. Todo encajó en su sitio, y unos meses después entré en el noviciado jesuita. Fue la mejor decisión que he tomado nunca, y fue también una de esas pocas ocasiones en que he experimentado la toma de decisión en el Primer Tiempo.

El Segundo Tiempo

El Segundo Tiempo es menos claro. No es amor a primera vista. No es como verse arrollado por una claridad irresistible, al estilo de san Pablo. No es certeza en un momento. Requiere una cierta deliberación.

En el Segundo Tiempo puedes no estar completamente seguro, al menos inicialmente. Fuerzas y deseos contrarios tiran de ti en un sentido y en otro. Por volver a nuestro ejemplo de la carrera, has encontrado un trabajo con un buen sueldo, pero no empieza en el momento oportuno. O es un sueldo muy atractivo, pero no así el trabajo. Aunque la decisión puede no resultar clara inicialmente, con el tiempo, después de pensar en ella, hablar de ella y orar al respecto, esa decisión se va haciendo más clara. Te ves empujado a aceptar el trabajo.

En este punto, dice Ignacio, es bueno meditar acerca de qué opción te produce mayor consolación. Y pide que observemos las «emociones» interiores como una señal de que Dios está ayudándonos en nuestra decisión. Para las personas que tratan de discernir las esperanzas y los sueños de Dios con respecto a su vida, la presencia de Dios se reflejará fundamentalmente en la consolación.

La consolación, de nuevo, es la sensación de presencia de Dios y esos sentimientos internos que conducen a la paz, la tranquilidad y la alegría. Aquí, en un tiempo de decisión, la consolación es una sensación de paz y de acierto en dicha decisión. La consolación te hace sentirte animado, confiado y tranquilo en tu decisión.

Durante muchos años estuve preguntándome por la conexión existente entre el hecho de tomar una buena decisión y el sentir consolución. Me parecía casi una superstición. ¿Acaso Dios nos maneja con la consolución como un truco mágico para ayudarnos a tomar la decisión apropiada?

No. Como dice David Lonsdale, sentimos paz por el hecho de tomar decisión concreta cuando esta es «coherente» con los deseos de Dios respecto de nuestra felicidad. Ignacio comprendió que Dios acciona a través de nuestros deseos más profundos. Cuando estamos siguiendo el camino de Dios, las cosas parecen bien. Sentimos las cosas en sincronía, porque nosotros mismos lo estamos.

La explicación que Lonsdale da de la consolución es espléndida. La principal característica de los sentimientos de consolución es que «están orientados hacia el crecimiento, la creatividad y una genuina plenitud de vida y amor que nos llevan a un más pleno, efectivo y generoso amor a Dios y a los demás y a amarnos como es debido a nosotros mismos».

Lo opuesto a la consolución es la desolación. Con este término se refiere Ignacio a cualquier cosa que te conduzca a la desesperanza. Estas agitado o inquieto o, como dice Ignacio, con el alma «perezosa, tibia, triste». Estos sentimientos significan que estás apartándote de la decisión correcta.

El discernimiento ignaciano supone confiar en que Dios, a través de estas experiencias espirituales, ha de hablarte acerca de las opciones que estás considerando. Como dice Fleming, nuestro corazón nos irá enseñando, poco a poco, qué opciones nos acercan más a Dios. Todo ello, basado en la convicción de que Dios mueve nuestro corazón y de que podemos mejorar nuestra receptividad a la voz de Dios en nuestro interior.

Mientras se recuperaba de las heridas sufridas en Pamplona, Ignacio sentía consolución cuando pensaba en imitar a los santos. Pero cuando imaginaba «lo que había de hacer en servicio de una señora», experimentaba desolación. Poco a poco, fue cayendo en la cuenta de que esos eran los modos que tenía Dios de invitarle a hacer lo más apropiado. Son estos los tipos de sentimientos que sopesas en la oración durante el Segundo Tiempo.

Una madre que discierne

He aquí un chiste acerca del discernimiento: una mujer pide le consejo a su párroco: «Padre, tengo un bebé de seis meses y siento curiosidad por saber lo que será cuando sea mayor».

El sacerdote le dice: «Pon delante de él tres cosas: una botella de whisky, un billete de un dólar y una Biblia. Si se queda con la botella de whisky, será propietario de un bar. Si se queda con el billete de un dólar, será un hombre de negocios. Y si se queda con la Biblia, será sacerdote». La madre le da las gracias y vuelve a su casa.

A la mañana siguiente, regresa, y el sacerdote le pregunta: «Bueno, ¿qué escogió el niño: el whisky, el billete o la Biblia?».

Y la señora le dice: «Se quedó con las tres cosas!».

«¡Ah —dice el sacerdote—, un jesuita!».

Además de orar en relación con las decisiones y examinar si tienes un sentimiento de consolución, hay otra práctica que puede utilizarse durante el Segundo (y el Tercer) Tiempo. Consiste en imaginar que vives cada una de las opciones durante un determinado periodo de tiempo y examinar cuál de ellas te proporciona mayor sensación de paz.

Durante unos días, actúa como si fueras a optar por una alternativa. Aunque no hayas tomado la decisión, *imagina* que lo has hecho y vive durante unos días como si ya hubieras decidido. Pon a prueba la decisión, como si se tratara de un jersey nuevo. ¿Cómo te hace sentir? ¿Te sientes en paz o agitado? Después, durante otros cuantos días más, prueba la decisión opuesta. ¿Cómo te hace sentir?

Se trata de un recurso muy eficaz. Por lo general, nuestra mente se mueve sin cesar de una alternativa a otra, brincando como un saltamontes nervioso, no dándose nunca tiempo suficiente para considerar cada alternativa. Pero tras haber vivido imaginativamente con una línea de acción, y posteriormente con la otra, percibirás algunas cosas que antes no habías percibido. Las ventajas y las desventajas se hacen más evidentes con el tiempo. En cierto sentido, verás las consecuencias de la decisión antes de tomarla. Y al final del proceso, pre-

gúntate qué opción te procura una mayor paz. Después, confía en tus sentimientos y toma la decisión.

Pero el discernimiento, como observa Fleming, no es meramente cuestión de sentirse en paz. Debes evaluar cuidadosamente lo que ocurre en tu interior. «La complacencia y la satisfacción por una decisión pueden enmascararse como consolación. A veces la desolación puede ser una oportuna sensación de inquietud que apunta en una nueva dirección». Es de suma importancia la sinceridad acerca de lo que se está sintiendo realmente y por qué.

En lo que respecta a la toma de decisiones, el Primer y el Segundo Tiempo presentan relativamente pocas dificultades. El Primer Tiempo es claro como el agua. El Segundo puede ser menos claro al principio; pero, después de orar sobre ello y considerarlo debidamente, se vuelve lo bastante claro a través de los mencionados sentimientos de consolación y desolación y conduce a lo que Ignacio denomina «asaz claridad y conocimiento».

El Tercer Tiempo

Para muchas personas, la situación de toma de decisión más común es el Tercer Tiempo. Tienes ante ti dos o más buenas alternativas, pero ninguna de ellas constituye la opción inequívocamente obvia. No se da un momento de absoluta certeza, y apenas se obtiene claridad en la oración.

«El ánimo —dice Ignacio— no es agitada de varios espíritus». Es en este tiempo de oscuridad cuando las prácticas claramente definidas de san Ignacio pueden resultar más útiles. Sus técnicas pueden también proporcionar algo inesperado: calma. Hace poco acudí a mí un joven en busca de dirección espiritual, el cual me dijo que el mero hecho de conocer estas técnicas le hacía sentirse menos agobiado ante la perspectiva de tener que tomar una decisión importante.

Para el Tercer Tiempo, Ignacio proporciona dos métodos. Empleemos un ejemplo familiar: comprar una casa nueva o seguir ocupando el pequeño piso en el que vives. Como sabe cualquiera que haya tomado una decisión como esta, se trata de una decisión bastante compleja, porque suscita interrogantes tanto económicos como emocionales.

El Primer Método se basa en la razón. Una vez más, hay que comenzar por la indiferencia. No debes inclinarte ni por una cosa ni por la otra, por más agoradora que pueda haber sido la lucha que has librado antes de tomar una decisión.

Esta es una idea clave. No podemos considerar libremente una decisión si ya la hemos tomado o si hemos llegado a ella por exclusión. Ignacio dice que «no esté más inclinado ni afectado a tomar la cosa propuesta que a dejarla, ni más a dejarla que a tomarla; mas que me halle como en medio de un peso».

En el Primer Método, Ignacio nos indica seis pasos:

Primero, examinar la opción en la oración: en este caso, comprar una casa o permanecer en tu piso.

Segundo, identificarte con el objetivo último, que para Ignacio es el deseo de complacer a Dios, así como la necesidad de ser indiferente.

Tercero, pedir la ayuda de Dios para que mueva tu corazón hacia la mejor decisión posible.

Cuarto, hacer una lista, mentalmente o por escrito, de los posibles resultados positivos y negativos de la primera opción. Después, elaborar otra lista con los posibles resultados positivos y negativos de la segunda opción.

Se enumeran, pues, los beneficios de comprar una casa nueva: más espacio; más libertad para hacer lo que a uno le apetezca; el dinero, que ahora se esfuma al pagar el alquiler, irá a engrosar la propiedad; etc., etc. Después se hace la lista de los aspectos negativos de la compra de una casa: la hipoteca, la necesidad de cuidar la propiedad, el segar el césped, el preocuparse por las reparaciones, etcétera.

Después se piensa en la alternativa. ¿Cuáles son los aspectos positivos? Seguir en el piso que ahora ocupas significa no tener que perder tiempo en el traslado, sentirte cómodo en tu piso y mantener el horario de siempre. ¿Y cuáles son los negativos? Incrementos del alquiler, un entorno atestado de gente, un vecindario ruidoso...

El Primer Método nos recuerda que no hay decisión que conduzca a un resultado perfecto. Cada resultado es una mezcla. Enumerar los aspectos positivos y los negativos te libera de la idea de que una buena decisión supone elegir la perfección.

Quinto, ahora que tienes tus listas, ora acerca de ellas y mira hacia dónde se inclina tu razón. Con el tiempo, llegarás a una decisión que te proporcione alguna paz. Pero hay otro paso.

Sexto, pide algún tipo de confirmación de Dios de que esa es la decisión adecuada.

La confirmación debe buscarse en toda decisión. E Ignacio *espera* que se experimente la confirmación de que «es la decisión debida», como dice Lonsdale. Esto puede significar experimentar consolación, como se ha descrito anteriormente, o simplemente la sensación de estar en paz con uno mismo y con Dios. Una mala decisión es más probable que lleve a sentimientos de desolación o agitación, como si de alguna manera se hubiera tomado un mal rumbo. Como observa Michael Ivens, «oramos pidiendo confirmación a fin de estar seguros de hacer la voluntad de Dios tal como nos es dada; y también para contrarrestar la tendencia que hay en nosotros a optar por concluir las cosas rápidamente».

Ivens nos recuerda que debemos sentirnos satisfechos con cualquier confirmación que recibamos, aunque sea muy simple. «Puede consistir, en definitiva, en la simple confirmación negativa de que nada pone en entredicho nuestra decisión».

Lo cual no equivale a decir que una buena decisión no pueda inquietar. Si decides cambiar de vivienda, tendrás muchas cosas que hacer. Y todo el mundo siente el remordimiento propio de cualquier comprador. Puedes sentir una cierta ansiedad si piensas en las responsabilidades que conlleva la nueva casa; pero si, en lo más profundo de ti, sientes consolación, sientes paz, sientes que estás en la buena dirección, probablemente se trata de una buena decisión.

A veces la confirmación llega de un modo más dramático, y en ocasiones su claridad puede incluso hacerte sonreír. Mi amigo de siempre, Chris, estaba pensando en dejar su antiguo trabajo de director de inversiones en una gran empresa. Le habían ofrecido un nuevo puesto en una Universidad de tamaño mediano, su «alma máter», para gestionar la cartera de inversiones. Chris estaba a punto de aceptar el nuevo trabajo, pero algo parecía impedirselo.

La mañana en que tenía que comunicar su decisión a la Universidad, encendió el ordenador. Chris es un fiel miembro de la Iglesia Unida de Cristo y todos los días lee «onlines» una breve reflexión sobre la Escritura y la fe. Aquella mañana entró en el ordenador y buscó la página web de siempre. El encabezamiento de aquel día era: «Hora de partir».

«Tal vez el Señor haya enviado este mensaje a tu vida en este momento para animarte a obedecerle en que dejes algo seguro y le sigas a algo mayor y mejor, pero en gran parte desconocido».

Chris ya tenía su confirmación. Cuando contaba la historia, se relata y decía: «¿No es genial cuando Dios no se anda con rodeos?».

Pero la mayoría de las veces Dios no se muestra tan claro. De modo que contéte con la clase de confirmación que Dios quiere darte.

La confirmación también has de encontrarla *fuera de ti*. No tiene que ver solo con lo que sientes, ni siquiera con la sensación de que es «lo correcto». En la vida jesuítica, si tomas una decisión que no es la misma a la que llega tu superior, puedes decir que, en última instancia, tu decisión no se ha visto confirmada. Para la mayor parte de la gente, la confirmación llega también sometiéndola a prueba.

Pongamos un ejemplo. Supongamos que has decidido hacer frente al director de tu empresa a propósito de los reproches que te hace en tu trabajo. Tú has discernido cuidadosamente que hablarás con él durante la evaluación anual de tu rendimiento en el trabajo. Pero esa misma mañana descubres que tu jefe está de muy mal humor y que acaba de explotar airado con un compañero tuyo. No parece que tu decisión de encararte con él hoy haya recibido confirmación. Pero puede que baste con algo tan sencillo como esperar unos días. El hecho de que hayas discernido no significa que no debas analizar la realidad en busca de una confirmación en la vida real. Como decía un jesuita, «confía en tu corazón, pero utiliza también tu cabeza».

Todo ello no significa que hayas tomado una mala decisión. Puede, simplemente, ser el momento de discernir de nuevo basándose en los nuevos datos. Esta es la paura de «reflexión-acción-reflexión» que los jesuitas enseñan a sus alumnos. Reflexionas sobre una decisión, actúas en función de ella, ves lo que sucede, y después reflexionas sobre esa experiencia, lo cual conduce a otra decisión, impulsándote hacia adelante. Esto forma parte del ser «contemplativo en la acción», es decir, una persona que está siempre reflexionando sobre su vida activa, como hacía Ignacio.

Ahora podrías decir que el Primer Método es un modo obvio de tomar una decisión de Tercer Tiempo. ¡Gran cosa, una lista de pros y contras...!

Pero Ignacio subraya unos pasos que normalmente ignoramos cuando tomamos una decisión.

Primero nos recuerda el valor de la indiferencia. Muchas veces entramos en el proceso de toma de decisión cuando ya hemos decidido, o bien demasiado preocupados por el modo en que los demás juzgarán nuestra decisión. Trata de evitar ambas trampas.

Segundo, el Primer Método se interesa más por la razón que por la emoción. Lo cual ayuda a eliminar la tremenda ansiedad que normalmente afecta a una toma de decisión importante. Las emociones son cruciales cuando tomamos una decisión. Pero a menudo las decisiones importantes nos afectan emocionalmente de tal manera que, aunque *sabemos* que elaborar una lista sería lo sensato, no lo hacemos, por causa de todo el estrés emocional que padecemos. El Primer Método nos recuerda el valor de la razón.

Tercero, Ignacio nos recuerda que toda línea de acción será imperfecta. Toda solución tiene aspectos positivos y aspectos negativos. Como le gusta decir a un amigo jesuita, «en ambos lados hay pros y contras». Lo cual nos ayuda a evitar la trampa de buscar el resultado «perfecto».

En la toma de decisiones es habitual utilizar listas. Lo que Ignacio añade a este enfoque es la indiferencia, orar a propósito de la lista buscando confirmación y confiar en que Dios es parte del proceso, porque Dios desea tu felicidad y tu paz.

A veces el Primer Método puede resultar difícil. Un hombre me dijo que con todas estas listas le resultaba todo demasiado analítico, demasiado similar a un «proceso de datos», como él lo expresó. No hay problema, le dije, porque Ignacio propone también otro método.

El Segundo Método se basa menos en la razón y más en la imaginación. Emplea algunas técnicas creativas para ayudarnos a pensar en la decisión de un modo nuevo. Recuérdese que Ignacio era flexible. Aquí ofrece una variedad de modos de tomar una decisión en función de la psicología de la persona: algunos se basan en la oración, otros en la razón, y unos terceros en la imaginación. Una vez más, Ignacio nos muestra su aguda visión de la naturaleza humana.

Primero sugiere que imagine «mirar a un hombre que nunca he visto ni conocido» e *imagine qué consejo daría a esa persona* en lo que respecta a la misma decisión que él está ahora afrontando. Esto puede contribuir a liberarse de centrarse excesivamente en *uno mismo*.

Hace unos años, por ejemplo, yo me sentía obligado a hablar sin tapujos acerca de un tema eclesial controvertido. El único problema era que mi superior jesuita me dijo que no quería que lo hiciera. Era una situación difícil: mi sentido de la integridad tiraba de mí en una dirección, y mi voto de obediencia en otra. Si me dejaba llevar por mi sentido de la integridad, tenía que desobedecer a mi superior. Y si obedecía a mi superior, ponía en compromiso mi integridad. Llegar a una decisión acertada me parecía imposible. En la oración, me sentía atraído por la imagen de Jesús predicando audazmente la verdad. En otras ocasiones, me imaginaba a Jesús recordándome mi voto de obediencia. Mis emociones no conseguían ofrecerme una respuesta clara: por un lado, sentía la necesidad de hablar; por otro, el deseo de ser un buen jesuita. Mi razón tampoco lograba llevarme a una respuesta clara: por una parte, debía decir la verdad; por otra, debía cumplir mis votos.

En medio de mi confusión, recordé el Segundo Método. Por lo tanto, imaginé a alguien en mi situación: un jesuita que se sentía obligado a hablar claramente, pero que quería cumplir su voto de obediencia. Al instante, vi con claridad lo que le diría, porque me libeté de centrarme en *mí mismo*.

En mi imaginación, aconsejé a aquella persona hipotética que consiguiera la aprobación de sus superiores, aunque pudiera necesitar años. De este modo sería honrado, porque trataría de decir lo que su conciencia le movía a decir, y también sería fiel a sus votos de jesuita. Después de terminar mi oración, sentí que me desprendía de una tremenda carga. El Segundo Método me había liberado para ver claramente. Ya sabía lo que tenía que hacer, porque sabía lo que *él* tenía que hacer.

Segundo, Ignacio dice que puedes imaginarte a ti mismo *al borde de la muerte*. Suena mórbido, ya lo sé, pero resulta clarificador. Pienso en ti mismo en tu lecho de muerte, en un futuro lejano, e imagínate preguntándote: ¿qué debería haber hecho?

Es fácil ver por qué este sistema resulta tan efectivo. A menudo escogemos algo que es más conveniente *ahora*, el curso más fácil, que sabemos podría ser una decisión que lamentáramos. Salgo de esta idea se refleja en el dicho de que nadie en su lecho de muerte dice: «Me gustaría haber pasado más tiempo en la oficina» idea.

Tercero, podemos imaginarnos en el *Juicio Final*. ¿Qué opción querríamos presentar ante Dios?

Por utilizar el ejemplo anterior del que anda buscando una nueva casa, Dios no va a reñir a nadie por quedarse en un piso antiguo en lugar de comprar una casa nueva; pero, especialmente tratándose de opciones morales, este método puede ayudar a centrarse en las exigencias de la fe.

Por ejemplo, puede que estés dudando aceptar un nuevo trabajo con un sueldo más alto, pero que supone que pasarás mucho menos tiempo con tu familia. Puedes imaginar a Dios, al final de tu vida, entristecido por esa decisión.

Y permítaseme añadir una sugerencia adicional a las de Ignacio, una cuarta técnica: *imagina lo que haría «tu mejor yo»*.

Probablemente tienes una idea de la persona en que te gustaría convertirte, la persona que piensas que Dios quiere que seas o, lo que es lo mismo, tu «mejor yo», tu «auténtico yo» o tu «verdadero yo». Para mí es una persona libre, confiada, madura, independiente y amable. ¿Puedes imaginar tu mejor yo, la persona que esperas ser algún día? Al considerar tu decisión, pregúntate: *¿Qué haría mi mejor yo?* A veces la respuesta llega de inmediato: *Si fuera una persona más libre y más capaz de amar, es obvio que elegiría esta opción.*

La mula que discernió

En su autobiografía, Ignacio cuenta la aterradora historia de uno de sus primeros y más descaminados discernimientos. Poco después de su conversión, Ignacio se encontró con un hombre que viajaba por su mismo camino y que insultó a la Virgen María. El impulsivo Ignacio se enfureció y se puso a considerar si debía acabar o no con su vida. Cuando llegó a una bifurcación del camino, decidió que, «si la mula fuese por el camino de la villa, él buscaría al moro y le daría de puñaladas». Afortunadamente para todos los implicados, la mula tomó el otro camino. Al contar esta historia a un grupo de jóvenes jesuitas, un provincial hizo que todo el mundo prorrumiera en carcajadas cuando dijo: «Y desde entonces, los asnos han estado tomando decisiones en la Compañía de Jesús!».

Tomar decisiones con esta cuarta técnica puede parecer raro al principio. Quiero decir que actuar como si fueras tu mejor yo puede

resultar desacostumbrado; pero, con el tiempo, actuar de ese modo te ayudará a avanzar en la dirección de ser, de hecho, tu mejor yo. Como decía Gerard Manley Hopkins, una persona puede «actuar a los ojos de Dios tal como a los ojos de Dios es». Tomar decisiones como si fueras tu mejor yo te ayudará a serlo.

La reglas del discernimiento

Además de estos métodos y prácticas, Ignacio especifica lo que podríamos llamar «sugerencias útiles» para tomar grandes decisiones. Y muestra también cómo reconocer cuándo está en acción el «enemigo de natura humana» y cuándo está en acción el «buen espíritu» en tus decisiones.

Puede que el lector se sienta incómodo por los anticuados términos que emplea Ignacio; pero no nos engañemos: Ignacio creía que el «buen espíritu» es el Espíritu de Dios que nos guía hacia una vida sana y santa. Y el «mal espíritu», o el «enemigo», en la cosmovisión de Ignacio, es el espíritu de Satanás. Esto es también lo que yo creo, aunque no pienso necesariamente en un Satanás con cuernos y rabo. (Aunque, de nuevo, ¿quién sabe...?).

Otro modo de pensar al respecto consiste en considerar esos sentimientos que nos apartan de Dios opuestos al Espíritu de Dios, o distinguir entre lo que es «de Dios» y lo que «no es de Dios». La mayoría de nosotros nos sentimos en tensión en nuestra vida entre el bien y el mal, lo sano y lo insano, el egoísmo y la generosidad. Ignacio plasma esto en términos de una batalla y, utilizando diversos metáforas, nos ayuda a identificar qué espíritu es el que está presente. En *The Discernment of Spirits*, Timothy Gallagher, OMV, dice: «Ignacio reconoce que, cuando tratamos de introyectar el amor de Dios y seguir su voluntad de acuerdo con la plena verdad de nuestra naturaleza humana, encontramos algo hostil a nuestra pretensión; nos encontramos con un *enemigo*».

Pero prescindiendo de cómo imagine el lector que actúa el mal, el modo que tiene el «enemigo» de obrar en las personas es identificable instantáneamente y parece tener ciertos rasgos que lo hacen reconocible. Sin embargo, el lector verá que aquí, en especial, Ignacio es perfectamente comparable a Freud o Jung en su perspicaz comprensión de la psique humana. «Un tipo listo», dijo en cierta ocasión

un psicólogo refiriéndose a Ignacio, después de que yo le describiera algunas de estas ideas.

Estos consejos, llamados «Reglas del Discernimiento», al contrario que las que hemos examinado anteriormente, no son tanto técnicas cuanto ideas.

Permítame el lector que le haga partícipe de las que yo he considerado más útiles.

La gota de agua

Si estás constantemente yendo de una cosa mala a otra, en un camino descendente, el enemigo te animará a continuar haciéndolo: «Acostumbra comúnmente el enemigo proponerles placeres aparentes, haciendo imaginar deflecciones y placeres sensuales, por más los conservar y aumentar en sus vicios y pecados», dice Ignacio. De manera que, si estás observando una conducta pecaminosa, el mal espíritu te hará considerar que es *bueno* cuanto haces. Si estás metido en algún negocio sórdido, el mal espíritu te dirá: «*Sigue adelante. No te preocupes. Imagina la cantidad de dinero que harás. Nadie se enterará. Todo el mundo lo hace. Te lo mereces. Todo irá bien.*»

En la película *Rebeca*, de Alfred Hitchcock (1940), basada en una novela de Daphne Du Maurier, hay una maravillosa escena en la que la señora Danvers, la malvada sirvienta de la casa (interpretada por Judith Anderson) está mirando por la ventana junto a la señora Winter, la nueva esposa del dueño de la casa. La celosa sirvienta desprecia a la nueva esposa y ha logrado hacer que su vida en la mansión sea infeliz. Solitaria y desamparada, la nueva señora Winter mira hacia abajo mientras la señora Danvers la anima a suicidarse.

«En realidad, no tiene nada por lo que vivir, ¿no es así? —le susurra—. Mire abajo. Es fácil, ¿verdad? ¿Por qué no lo hace? ¿Por qué no lo hace? Vamos... vamos... no tenga miedo.»

Así es como actúa el mal espíritu: animándonos a proseguir en nuestros malos pensamientos o malas acciones, impulsándonos hacia abajo. «*Vámonos —dice—. Es fácil, ¿verdad?*».

Para las personas que se encuentran en ese camino descendente, el buen espíritu actúa de manera opuesta. En tal caso, se siente el aguijón de la conciencia con remordimiento, dice Ignacio. Si estás defraudando dinero a tu empresa, sentirás que tu conciencia te aguijonea diciéndote, en esencia: «*¡Despierta! ¡Lo que estás haciendo está mal!*».

Aquí emplea Ignacio una metáfora muy sencilla: la gota de agua. Para quienes van de mal en peor, el mal espíritu es percibido como una gota de agua en una *esponja*: suavizante, calmante, estimulante. O, como dice Ignacio: «dulce, leve y suave». Pero el buen espíritu, en estos casos, es como la gota de agua que cae sobre una *pedra*: alarmante, duro e incluso estrepitoso. Caer «agudamente y con sonido y inquietud», dice Ignacio. Como diría mi amigo David, «presta atención».

A propósito, cuando vamos de mal en peor, la gota alarmante que cae sobre una piedra puede llegar interior y exteriormente: puede adoptar la forma del duro consejo de un amigo que nos saca de nuestra complacencia espiritual.

Para quienes se mueven en la dirección opuesta —que somos la mayoría de nosotros—, tratando de llevar una vida como es debido, esforzándose por proceder de bien en mejor, los sentimientos son lo *contrario*. En este caso, el buen espíritu es como la gota de agua en la esponja, y el mal espíritu como la gota de agua en la piedra.

Supongamos que has decidido ofrecerte voluntariamente para trabajar en un comedor de transeúntes. En tal caso, el buen espíritu te anima suavemente a que emprendas ese buen camino. Aquí, dice Ignacio, el buen espíritu da «ánimo y fuerzas, consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, facilitando y quitando todos impedimentos, para que en el bien obrar proceda adelante». Te sentirás consolado, inspirado y animado cuando pienses en ofrecerte voluntario y en avanzar por el camino del amor.

El enemigo te empujará en la otra dirección, actuando como la gota de agua en la piedra. ¡*Vaya!* —piensas de repente—. *Nunca he hecho nada de ese tipo. ¡Es demasiado duro!* A menudo, esto llega como un miedo súbito y desorientador. Es característico del mal espíritu, dice Ignacio, «morder, tristar y poner impedimentos, inquietando con falsas razones para que no pase adelante».

¿Por qué el buen espíritu y el malo trabajan de modos opuestos, en función del estado de ánimo? He aquí la sencilla explicación de Ignacio: «Cuando [la disposición del ánimo] es contraria, entran con estrépito y con sentidos, perceptiblemente; y cuando es similar, entra con silencio, como en propia casa a puerta abierta».

Otro discernimiento dúplice que a mí me gusta emplear es el «Y sí...» / «Si...». A la persona que trata de obrar bien, el mal espíritu la desanima a base de hacerle dudar: «Y sí...». Supongamos que has empezado a colaborar como voluntario en un refugio de transeúntes,

y de pronto te asalta un pensamiento aterrador: ¿Y si cayera enfermo por trabajar con estas personas? ¿Y si uno de ellos me atacara? ¿Y si el personal piensa que soy demasiado inexperto? Estos «¿Y si...» conducen a un callejón sin salida. El enemigo presenta únicamente lo peor del posible futuro, que es impredecible. Es el mal espíritu poniendo impedimentos, y debe ser evitado.

Los «Y si...» se centran en las preocupaciones por el pasado. Podrías verte inducido a pensar: *Si hubiera empezado esto hace años... Si no hubiera malgastado tanto el tiempo... Si hubiera pensado antes en los pobres...* El mal espíritu está poniendo impedimentos, esta vez centrados en el pasado. Esto es también un callejón sin salida, porque el pasado no puede cambiarse. Ignora también este sentimiento.

A veces los «¿Y si...?» y los «Si...» pueden ayudarnos a soñar o hacernos sentir pesar por nuestros pecados; pero cuando nos inducen al temor, impidiéndonos seguir adelante de manera sana, llevándonos a callejones sin salida y poniéndonos impedimentos, lo más probable es que no procedan de Dios.

Finalmente, puedes analizar cuidadosamente también los «impulsos» y «atracciones». Damian, uno de mis directores espirituales, decía que cuando te sientes impulsado a hacer algo —*Debo hacer esto, debo hacer aquello...*— por un sentido de la obligación que es agobiante y carece de vida, o por un deseo de complacer a todo el mundo, tal vez pro venga de Dios. Donovan lo denominaba «cargar con todo».

Las «atracciones» de Dios —amables invitaciones que llaman al amor— se sienten de distinta manera. A veces una obligación es una obligación, y debes hacer algo para ser una persona buena y moral; pero ten cuidado, porque tu vida no consiste simplemente en responder a deberes o impulsos que tal vez no procedan de Dios.

En tiempo de desolación nunca hacer mudanza

Otro consejo: «En tiempo de desolación nunca hacer mudanza», dice Ignacio. ¿Por qué? Porque cuando te sientes distante de Dios y experimentas desolación, estás más inclinado a ser guiado por el mal espíritu. Cuando te sientes abandonado por Dios, es más probable que digas: «Esto es inútil», y cambies de rumbo. O que te preguntes desesperanzado: «¿Para qué?», y abandones. No lo hagas. Permitir que te guíe la desolación —dice Michael Ivens— significa dejarte arrastrar a un «dynamismo descendente».

Lo cual tiene sentido, ¿no? Si alguien te dice que se siente infeliz, que no puede pensar con claridad y que está completamente desorientado, ¿dirías que es un buen momento para que tome una decisión importante? Por supuesto que no. No piensa con claridad. «No tomes decisiones cuando estás en crisis» es otra manera de decirlo. Lo más probable es que te veas guiado por motivaciones insanas. Sin embargo, la gente lo hace continuamente por desesperación. Resiste ese impulso.

Es más, dice Ignacio, cuando estás en desolación, debes hacer lo siguiente: orar y meditar aún más; hacer más autoexamen; recordar que no eres todopoderoso; y tratar de ser paciente. Y cuando te encuentres en estado de consolución, puedes cobrar «nuevas fuerzas» para el futuro, como la ardilla, que almacena nueces para el invierno. Aquí es donde resulta útil llevar un diario, porque, cuando te sientes distante de Dios, puedes recordar los tiempos en que sentías a Dios cercano. (El diario puede también recordarte la necesidad de mantenerte fiel a las buenas decisiones que has tomado).

Mi mala decisión: ejemplo práctico

Pongamos un ejemplo de la «gota de agua» y de «toma de decisiones en tiempos de desolación» y veamos cómo pueden armonizar ambos conceptos. Para ello quisiera exponer al lector una de las peores decisiones que yo he tomado nunca.

Una mañana llegué a nuestro centro de refugiados de Nairobi y descubrí que alguien había robado nuestra pequeña caja de caudales, en la que había decenas de miles de chelines (unos cientos de dólares norteamericanos), el equivalente a casi una semana de ingresos de nuestra tienda de artesanía. Furioso, convoqué al personal —dos refugiados y dos keniatas—, les dije lo traicionado que me sentía y exigí que el culpable confesara de inmediato. Todos ellos negaron vehementemente haberlo hecho.

Enfurecido, fui a la casa de cada uno de ellos a buscar el dinero, un acto gravemente vejatorio en la cultura del África oriental... y en cualquier cultura. (Como ya he dicho, los jesuitas no somos ángeles).

Durante unos días, traté de orar acerca de lo que debía hacer. Pero estaba demasiado furioso. Cada vez que me sentaba a orar, me ponía de nuevo en pie de un salto y caminaba a zancadas por mi habitación. En lugar de centrarme en Dios y en la dinámica de mi espiri-

ritu, lo único que hacía era enfurecerme por aquella traición. (Era tal mi egocentrismo que estaba más enfadado por el hecho de que alguien me hubiera traicionado que por la pérdida de los fondos para los proyectos de los refugiados). Aunque mis amigos jesuitas me aconsejaban paciencia, yo los ignoraba y estaba cada vez más decidido a castigar a alguien. De manera que me estaba cerrando a Dios y a mis amigos, siguiendo un camino descendente que invitaba a la desolación y prescindiendo de las dos maneras en que Dios se comunica: la oración y los amigos.

Finalmente, alguien me recomendó que el mejor modo de solucionarlo consistía en echarlos a todos. Despidélos. Envía un mensaje a todo el mundo de que el robo no será tolerado, me dijo. ¡Sí!, pensé alegremente. Eso haría las cosas más fáciles. Aquí el mal espíritu estaba *animándome*, como la gota de agua en la esponja. «*Adelante*» —decía—. *Es fácil, ¿verdad?*.

Así que despedí a todo el mundo. ¡Qué injusto fue aquello: castigar a todos por los pecados de uno solo...! Fue una escena espantosa. Los cuatro lloraban y me suplicaban que no les despidiera, por lo que todos ellos se encontraban al borde de la pobreza más absoluta. Aquella tormentosa reunión hizo que llorara de frustración cuando salí de la oficina, y por un momento me pregunté si estaba haciendo lo correcto, pero meforcé por reprimir tales sentimientos. Después dije a todo el mundo lo que había hecho, orgulloso de lo energicamente que había plantado cara a aquellos ladrones.

A la mañana siguiente, desperté sobresaltado. ¿Qué había hecho? Y reconocí aquel timbre de alarma como mi conciencia. Había ido de mal en peor, de la ira a la venganza, del orgullo a la injusticia. Y veía con espanto que había cometido un error terrible. Era la gota de agua sobre la piedra, «violenta, ruidosa e irritante», que trataba de despertarme y atraer la atención de mi conciencia.

Al igual que hacía Ignacio en muchos casos, cambié de rumbo. En las semanas siguientes, readmití a dos empleados, encontré un nuevo trabajo para otro de ellos y empecé a prestar apoyo económico al último (que probablemente era el culpable). En definitiva, busqué el perdón y la reconciliación con todos ellos. Una vez que hice esto, sentí una sensación de paz.

¿Qué habría dicho Ignacio? Pues que había tomado una mala decisión en un tiempo de desolación. El mal espíritu me había animado a seguir un camino equivocado, pero afortunadamente el buen es-

píritu me había despertado «con estrépito». Y después de cambiar de rumbo, sentí consolación, la confirmación de una buena decisión.

Tres modos de actuar del «enemigo»

Hemos hablado de la cosmovisión de Ignacio, con sus imágenes del buen y el mal espíritu. Puede parecer anticuado, pero refleja una impecable comprensión de los modos concretos en que el «enemigo», el «mal espíritu» o nuestro «peor yo» —elija el lector la denominación que prefiera— actúa en nuestra vida. E identifica tres modos principales.

En mis veinte años de jesuita, esta ha sido la parte de la espiritualidad ignaciana que más fácil me ha resultado ver en acción. Y una vez que te has familiarizado con ella, comienzas a verla en ti mismo.

Estos son los tres modos principales en que actúa el mal espíritu, ligeramente adaptados de las Reglas para el Discernimiento de Ignacio.

Primero, el enemigo se conduce como un *niño malcriado*. En este caso, el niño es «flaco por fuerza y fuerte de grado». A menudo nos vemos acosados por lo que sentimos como si fuéramos niños. Pensemos: «*Quiero eso y lo quiero ya!*», como un niño que exige a gritos otra chocolatina. Si este arrollador deseo se refiere a algo insano, egoísta o incluso inmoral, entonces es importante reconocerlo como lo que es. Si una parte de ti quiere irse a la cama con una compañera de trabajo, aunque ambos estéis casados, y escuchas una y otra vez en tu mente esa voz infantil, exigente y petulante, estás oyendo la voz del niño malcriado: «*Tengo que tener sexo con ella, y he de tenerlo ya*».

¿Cuál es el antídoto? Haz lo que harías con un niño malcriado: no cedas a semejante tipo de tentaciones. Ya verás cómo resulta efectivo. «Es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo, dando huida sus tentaciones, cuando la persona que se ejercita en las cosas espirituales pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo».

Compadézco al progenitor que dé al niño malcriado lo que no deja de exigir. Y compadézco a la persona que ceda a esos deseos egoístas. El hombre (o la mujer) casado que escucha continuamente esa voz que dice: «*Tengo que tener sexo con esa persona*», se arriesga a tomar una decisión muy destructiva. Si empiezas a sentir «temor y perder ánimo», como dice Ignacio, las tentaciones no harán más que intensificarse. De modo que no cedas.

Segundo, el enemigo actúa como un *amante falso*. En esencia, el enemigo preferiría que las tentaciones, dudas y desesperaciones se

mantuvieran en secreto, lo cual no hace más que empeorar las cosas para la persona.

Ignacio compara al enemigo con un sinvergüenza que trata de «ser secreto y no descubierto». En un pasaje muy vívido, compara al enemigo con un hombre que intenta seducir a una buena esposa apartándola de su marido. (¡Esperemos que Ignacio no esté hablando de una antigua experiencia!). El sinvergüenza quiere que «sus palabras y suasionese» permanezcan secretas, para que el marido no se entere y ponga las cosas en su sitio.

Del mismo modo, escribe: «Cuando el enemigo de natura humana trae sus astucias y suasionese a la ánima justa, quiere y desea que sean recibidas y tenidas en secreto. Mas cuando las descubre a su buen confesor, o a otra persona espiritual..., mucho le pesa; porque colige que no podrá salir con su malicia comenzada, en ser descubiertos sus engaños manifestos».

¿Cuál es el anidoto en este caso? Sacarlo todo a la luz; todos esos sentimientos negativos y tentaciones e impulsos de hacer el mal, o desesperar, o apartarse de Dios. Sacarlos de la «caja», como diría mi amigo David. Hablar de ellos con un amigo de confianza, un consejero o un director espiritual. Y verás cómo esas tentaciones, que parecen tan poderosas cuando permanecen ocultas en el interior, pierden enseguida gran parte de su poder al ser expuestas a la luz del día.

¡Qué frecuente es esto en la dirección espiritual...! Alguien parece estar dando vueltas alrededor de un tema incómodo, algo que teme revelar, precisamente porque sabe que, una vez que salga a la luz, se verá obligado a reconocer lo nocivo que es.

Una vez revelados, el impulso, la decisión o la tendencia insana pueden ser examinados, regenerados o rechazados. Cuando un joven jesuita siente, por ejemplo, la tentación de quebrantar sus votos de algún modo, a menudo suprime el deseo de hablar de ello con su superior o su director espiritual, y sus frustraciones, sus miedos, el secretismo y los problemas no hacen más que agudizarse.

«Cuando el enemigo de natura humana trae sus astucias y suasionese a la ánima justa, quiere y desea que sean recibidas y tenidas en secreto», decía Ignacio. O, como dicen los miembros de Alcohólicos Anónimos, «no estás más enfermo de lo que lo están tus secretos». Digamos, a propósito, que el director espiritual de Bill Wilson, uno de los fundadores de A.A., era el padre Edward Dowling, jesuita, lo

cual puede explicar por qué algunas de las ideas de Ignacio les resultan familiares a los adictos que intentan recuperarse.

Finalmente, el enemigo actúa como un *caudillo*. Esta es mi imagen favorita y una de las que muy probablemente proceden del pasado militar de Ignacio. El caudillo sabe exactamente dónde se encuentran nuestros puntos débiles y apunta hacia ellos. El caudillo, al prepararse para atacar un castillo, establece su campamento, estudia cuidadosamente los puntos débiles y fuertes de su objetivo, y después ataca el punto más débil.

Del mismo modo, el mal espíritu «ronda como león rugiente» (1 P 5,8) y estudia en qué aspectos somos más débiles y es más probable que nos sintamos tentados, *inclusa en los buenos tiempos*. «Por allí nos bate y procura tomarnos», escribe Ignacio. Dicho de otro modo, el mal espíritu atacará donde seamos más vulnerables. ¿Es el orgullo tu punto débil? En tal caso, cuando todo vaya bien en tu vida, el mal espíritu tratará de atacarte por ahí. «El enemigo de natura humana —dice Ignacio en otro lugar— ...mira en torno ...y por donde nos halla más flacos y más necesitados para nuestra salud eterna, por allí nos bate y procura tomarnos».

Supongamos que, en un acto de generosidad, acabas de empezar a cuidar de tu anciano progenitor. Poco a poco, otras personas empiezan a decirte lo noble que eres. Entonces tú empiezas a pensar: *Ey-toy haciendo una buena obra*. Hasta aquí todo va bien. Pero el caudillo está buscando el modo de entrar. Así que, poco a poco, pasas del *Estoy haciendo algo bueno* al *Soy una buena persona*. Y de ahí pasas al *Soy un santo* y, finalmente, al *Soy mucho más santo que los demás*. Te vuelves un fariseo, orgulloso y arrogante. Y a partir de ahí puedes empezar a juzgar, condenar e incluso odiar a otros que no son tan «santos» como tú.

¿Qué ha sucedido? Puede que te preguntes: *¿cómo he llegado aquí?* El mal espíritu ha logrado encontrar tu punto débil y está ganando la partida.

¿Cuál es la mejor defensa contra esto? Reforzar las partes débiles de tu castillo espiritual. Presta especial atención a los modos en que eres tentado en tus puntos débiles y actúa contra esas tendencias.

Con el tiempo, serás capaz de predecir los modos en que serás tentado. En mi caso, las tentaciones normalmente llegan de dos maneras: haciendo que me sienta solo o que me preocupe en exceso por mi salud física. El mes anterior a mi ordenación, por ejemplo, me

sentía consumido por el deseo sexual. Después, justamente una semana antes, atrapé un horrible virus que me sumió en la desesperación. Era casi cómicamente fácil ver cómo estaban abiertos a todo tipo de ataques mis puntos más débiles. De manera que reforcé esos puntos de mi vida cerciorándome de pasar más tiempo con amigos íntimos y recordándome que la salud no era lo más importante en la vida, y el día de mi ordenación avancé felizmente por el pasillo.

Con el tiempo, conseguí reconocer esos sentimientos. Llegarás a saber cuándo estás siendo tentado a tomar un mal camino.

El ángel de luz

Esto nos lleva a otra intuición ignaciana: el mal espíritu puede enmascarse como buen espíritu. Lo cual suena a mala película de terror, pero es una clara intuición de la naturaleza humana. Dicho sencillamente, significa que ciertas cosas que nos *parecen* buenas pueden dar un giro radicalmente malo y enmascarar algo más oscuro. El mal espíritu, como dice Ignacio, adopta la apariencia de un «ángel de luz».

Pongamos el caso de un padre que decide orar más. Él piensa que va a hacerlo para ser más un hombre contemplativo y un padre y marido más amante; pero tal vez sus motivos no sean tan puros, sino que inconscientemente esté tratando de huir de su familia. Poco a poco, va viéndose tan absorbido por su deseo de orar que comienza a desear a su esposa y a sus hijos. Y no tarda en mostrarse indignado y resentido cuando su precioso tiempo de oración es interrumpido. «¡Marchaos! —grita a sus hijos— ¡Estoy rezando!». El mal espíritu ha adoptado sutilmente el disfraz de buen espíritu para arrastrar a esa persona a una actitud amargada.

Ignacio lo expresa de este modo: «Propio es del ángel malo, que se forma sub angelo lucis, entrar con la ánima devota y salir consigo. Es a saber, traer pensamientos buenos y santos conforme a la tal ánima justa, y después, poco a poco, procura de salirse, trayendo a la ánima a sus engaños cubiertos y perversas intenciones».

John English, jesuita canadiense, observa en *Spiritual Freedom* que el mal espíritu puede utilizar también el pretexto del comienzo de la vida espiritual de una persona, y después sugerir: «Bueno, todo depende de Dios, así que vamos a tomárnoslo con calma». English dice que entonces la persona «se vuelve perezosa, regodeándose en el descontento, y abandona» su entusiasmo por el amor y el servicio.

Es una experiencia muy sutil. Cuando tal cosa sucede —dice Ignacio—, debemos examinar los modos en que hemos sido llevados por el mal espíritu, a fin de guardarnos de ello en el futuro. Es una buena práctica reconocer cómo hemos sido inducidos a seguir ese camino regresivo.

Con el tiempo, después de poner en práctica estas ideas, empezará a saber, y a saber verdaderamente, cuándo estás siendo llevado por el mal camino, porque tendrás la experiencia de haberlo seguido ya. En la película *The Matrix*, en la que Keanu Reeves interpreta el papel de Neo, un tipo normal que se ve invitado a ver la verdad radical de este mundo, hay una ilustración precisamente de este tipo de conocimiento del mal camino por experiencia. En una escena, Neo va en coche con una mujer que ya sabe la verdad del mundo de Neo. (Ni que decir tiene que esta es una mera simplificación de una trama diabólicamente compleja). Reticente a aceptar su invitación a una nueva vida, Neo abre la puerta del coche, dispuesto a volver a su antigua vida. Ve la calle lluviosa y oscura. La mujer le aconseja que no siga ese camino, y él pregunta por qué.

«Porque ya has estado ahí, Neo —le dice ella—. Ya conoces el camino. Sabes con exactitud donde termina, y sabes que no es ahí donde tú quieres estar».

Es una buena ilustración del discernimiento. Si sabes que el camino te llevará a un mal fin, ¿por qué tomarlo? (A propósito, el nombre de la mujer de la película es Trinity).

Examinando nuestros modos de fracasar en el pasado, podremos tomar mejores decisiones y llevar una vida feliz y satisfactoria, fortaleciendo nuestro verdadero yo y resistiendo nuestras tendencias más egoístas. Podremos tomar el camino apropiado y llegar adonde queremos.

Decir sí a todo

Un comentario final acerca del discernimiento: tomar buenas decisiones supone aceptar que aun las mejores decisiones tendrán sus inconvenientes. A menudo, sin embargo, creemos que, si tomamos la decisión adecuada, no habrá ningún problema. Entonces, cuando vimos esa opción y descubrimos sus inconvenientes, nos desanimamos. Un hombre recién casado cae en la cuenta de que ha renunciado a una parte de su libertad, porque, por ejemplo, ya no puede dis-

frutar de unas cervezas con sus amigos tan a menudo como antes; y una mujer recién casada no puede salir con sus amigas con la frecuencia con que solía hacerlo. Y ambos empiezan a dudar de lo acertado de su decisión de casarse.

Las buenas decisiones significan un *sí* incondicional a los aspectos tanto positivos como negativos que conlleva cualquier opción. Decir *sí* a entrar en la Compañía, por ejemplo, no significa decir *sí* únicamente a los aspectos positivos de la espiritualidad ignaciana, a los amigos jesuitas, a un trabajo apasionante, a unas comunidades acogedoras, a unas personas maravillosas a las que servir, a un estímulo intelectual... También significa decir *sí* a los aspectos negativos: soledad ocasional, frecuente exceso de trabajo, problemas en la Iglesia, etcétera.

Todo estado de vida y toda decisión incluyen algún dolor que debe ser aceptado si se quieren asumir plenamente esas decisiones y una nueva vida. «Todas las sinfonías quedan inacabadas», decía Karl Rahner. No hay decisión perfecta ni resultado perfecto ni vida perfecta. Asumir la imperfección nos ayuda a vivir con calma la realidad. Cuando aceptamos que todas las opciones son condicionales, limitadas e imperfectas, nuestra vida, paradójicamente, se vuelve más satisfactoria, gozosa y pacífica.

Todo ello nos orienta hacia el Incondicionado, Ilimitado y Perfecto al que decimos *sí*: Dios. Todas nuestras decisiones deben centrarse en esta realidad. Como dice la paráfrasis que David Fleming hace de los *Ejercicios Espirituales*, «nuestro único deseo y nuestra opción debe ser esta: quiero y elijo lo que mejor conduzca a la profundización de la vida de Dios en mí».

El discernimiento ignaciano, como ya he dicho al principio de este capítulo, puede parecer complicado, con sus definiciones de la consolación, la desolación y la confirmación, por no mencionar los Tres Tiempos y los Dos Métodos, así como al niño malcriado, al falso amante y al caudillo.

Pero en esencia es sencillo. El discernimiento ignaciano significa confiar en que, a través de tu razón y tu vida interior, Dios te ayudará a llegar a buenas decisiones, porque Dios *desear* que tomes decisiones buenas, amorosas, sanas, positivas y vivificantes. De manera que encuentras lo que a ti te vaya bien, lo que te acerque a Dios y lo que te ayude a tomar buenas decisiones. Y, sobre todo, confía en que Dios está contigo cuando eliges tus caminos en esta vida.