

“LO QUE QUIERO”

Discernimiento entre el sufrimiento verdadero y el falso

La sorprendente pregunta del punto de partida

La meta de los Ejercicios Espirituales, como Ignacio expresa en su libro, es inequívoca: “...*buscar y hallar la voluntad de Dios en la disposición de la propia vida para la salvación del alma*”. En todo el libro de los Ejercicios hay como un hilo rojo que conduce hacia la voluntad de Dios por lo que puede resultar extraña la importancia que Ignacio da al querer y al desear del ejercitante. Como segundo o tercer preámbulo atraviesa todo el recorrido de los Ejercicios la indicación: “...*pedir lo que quiero y deseo.*” Cuando se trata de orientar mi vida hacia la voluntad de Dios ¿cómo puede ser importante lo que yo quiero y deseo? ¿No sería mejor olvidar esto lo más rápidamente posible o mejor aún ni siquiera plantearse esta pregunta cuando se trata verdaderamente de “*buscar y hallar la voluntad de Dios en la disposición de la propia vida para la salud del ánimo*”? ¿No deberíamos dirigir todo nuestro esfuerzo hacia ella, de manera “*que nos hiciéramos indiferentes a todas las cosas criadas*”?

Como acompañante se experimenta continuamente dentro y fuera de los Ejercicios que las personas no tienen ninguna respuesta a la pregunta ¿qué deseas y ansias ahora de Dios? Entonces se produce un silencio en el diálogo, en el que se percibe perplejidad o turbación. A veces, después de un rato, llega una respuesta que no tiene la espontánea frescura de la nostalgia y el deseo. Con frecuencia, no parece saberse lo que se quiere sino lo que se debiera querer.

Creo que Ignacio no se hubiera sentido contento con esto. Los Ejercicios, como los expone en su libro, dependen mucho de que el ejercitante ponga en juego su querer y su desear existencial. Sólo entonces capta esta dinámica. Aquí radica el fundamento para buscar cuando en Ejercicios se llega a las mociones interiores sólo de forma vacilante y éstas no conducen a sacudidas tan profundas como las que Ignacio describe claramente como fruto de la Primera Semana con las palabras: “*vergüenza y confusión*”, EE 48, o “*crecido e intenso dolor y lágrimas*”, EE 45.

Lo que aquí se trata se puede denominar objetivamente con la palabra conflictividad. Cuando dos voluntades tropiezan una contra otra se puede llegar a un conflicto entre ambas. Ignacio no parece temer este conflicto entre la voluntad de Dios y la del ejercitante, sino que más bien considera que este conflicto existe y que tiene que vivirse en apertura. Preguntando insistentemente lo que el ejercitante busca y quiere le ayuda a confesarse su querer y desear y a hacerlo oración. Así la oración se mueve siempre cada vez más desde la superficie al centro de su vida. Se convierte en el lugar de la confrontación existencial.

Soluciones aparentes

Las primeras experiencias con el conflicto entre la voluntad propia y la de otros las hemos tenido todos en la niñez. Estas experiencias tempranas premarcaron nuestro comportamiento posterior con el conflicto. Para algunas personas estas primeras experiencias fueron dolorosas, tan dolorosas que la vida quedó marcada por un pánico angustioso a que estas experiencias pudieran repetirse. Instintivamente se desarrolló una nueva estrategia que evitase el conflicto entre la voluntad propia y la ajena. ¿Cómo conseguirlo? Una forma es sencillamente renunciar al propio desear y querer: así no se “sabe” ya lo que se quiere. Esta es una forma de escapar al dolor que se produce posteriormente cuando un deseo expresado no se cumple, una propuesta presentada se desestima, una necesidad señalada se pasa por alto y una opinión expuesta se rehúsa. Esta estrategia intenta superar el problema porque no lo deja ni siquiera surgir. Por así decirlo, se soluciona de antemano. Para evitar a otros el dolor ocasionado por su negativa se lo causa a sí mismo, diciéndose no a sí mismo. Esto responde a nuestra necesidad de poder: Yo decido. Me puedo aferrar a la idea de que hubiera podido realizar mi deseo, pero evitaré el control de la realidad.

Quizás esta forma de tratar con nuestro deseo nos haya ayudado a sobrevivir en una determinada situación de nuestra infancia, pero si a la larga tratamos así con nuestro querer y desear, nuestra vida quedará gravemente colapsada, pues bloqueándonos, bloqueamos una parte de nuestra vida. No podemos matar nuestros deseos, sólo podemos negarlos. En ellos reside nuestra propia

energía vital y cuando no los admitimos bloqueamos nuestra vida. El conflicto con el entorno que hemos evitado, se ha trasladado a nuestro interior y nos enferma. Experimentamos entonces algo así como paralización, desánimo, impulsos débiles, tristeza indefinida, falta de perseverancia y de fuerza vital, es decir, como síntomas todos depresivos. Puede adoptar también la forma de un enfado general, desconfianza, rencor sin motivo, mal humor y desde envidia hasta odio a todos los que parecen alegres y vitales. Además, con frecuencia esto trae consigo dolencias corporales e incluso sufrimiento y el tratar las consecuencias físicas no ayuda mucho. Mientras la causa no desaparezca no hay que esperar ninguna curación.

La vida empuja dentro de nuestra conciencia en forma de deseos y necesidades, nostalgias y exigencias y quiere que sean escuchadas y aceptadas. La diversidad de palabras utilizadas indican que se trata de una gran variedad de manifestaciones que proceden de diferentes estratos de nuestro ser. Nuestros deseos se contradicen a menudo unos con otros. No es sólo un conflicto con los demás el que nos causa dificultades sino el conflicto que llevamos en nosotros mismos.

Como hemos visto, hay un primer modo falso de terminar con este conflicto, diciendo no a todos estos impulsos y así negándolos de antemano. Otro modo de arreglar este problema consiste en admitir las mociones del deseo, pero rehusando la clarificación y decisión hacia un querer definido y resuelto.

También ésta es una forma de no-saber lo que quiero. Nuestro deseo y anhelo es atraído con maña y alimentado por las muchas posibilidades que nos presenta el mundo. El ser humano no es como el animal que está determinado claramente por sus necesidades e instintos, sino que posee una libertad de movimientos que le configura y tiene que decidir cual de las posibilidades que se le ofrecen quiere hacer realidad; tiene que seleccionar entre sus muchos y a menudo contradictorios deseos aquel del cual va a hacer resueltamente su querer.

También este paso tiene una parte dolorosa: eligiendo una posibilidad tengo que renunciar a todas las demás. En el transcurso de mi vida me voy despidiendo cada vez más de mucho de lo que podría haber hecho y alcanzado, pero he tenido que abandonarlo a izquierda y derecha de mi camino.

Así me convierto cada vez más el ser humano que soy ahora: una persona única, pero limitada. Observo que tampoco he tenido éxito para cambiarlo todo, para no cometer ninguna falta, ni para aportar la gran contribución que había soñado

Todo lo que se realiza decidiendo y aquello a lo que me he decidido, se realiza resueltamente. Mediante ello gano realidad. Lo definitivo de la vida se alcanza fuera de la provisionalidad de las ideas y de las fantasías. La seriedad de una realidad irrevocable está fuera del juego con muchos deseos y posibilidades y se manifiesta clarísimamente en la elección de pareja y de profesión. Sólo en la unión con una persona crece la profundidad y la fidelidad de la relación; sólo en la limitación de un campo concreto de trabajo puedo conseguir algo. A través de este proceso presiento la muerte hacia la que me dirijo.

Para alejar el dolor de esta creciente limitación intentan algunos, también cuando son adultos, agarrarse a muchos deseos y posibilidades sin tomar decisiones. De esta forma mantienen los sueños de omnipotencia con los que el niño compensa su debilidad. Viven en un mundo ilusorio y no observan, en primer lugar, que ni siquiera toman posesión de las limitadas, pero auténticas, fuerzas que tienen, por lo que se decidirá sobre ellos. Porque no saben lo que quieren, observan posteriormente que han hecho con frecuencia lo que no querían.

Esto crea a la larga tanto más descontento, que se proyecta sobre los que, presuntamente, me han llevado a esta situación. Un fondo de rencor atraviesa la vida, que también puede repercutir físicamente. También aquí se da una situación de estar enfermo internamente. Una vida sana significa decidir, significa despedirse, significa realizarse en sus limitaciones.

Hemos visto ahora lo que se oculta cuando alguien no puede mantener su querer y su desear. Por temor ante el dolor de sentirse rechazado y limitado deja paso a la franca confrontación con el otro y con él mismo. Sin embargo convivimos con otras personas y podemos evitar el conflicto abierto. No podemos obviar el hecho de que a veces necesitemos y busquemos algo diferente, quizás también inconscientemente, de lo que los demás pueden o quieren darnos. ¿Cómo se superan estas situaciones si no se puede llegar al conflicto abierto?

Entonces intentamos obligar a los otros para que hagan lo que queremos. Hoy esto se llama manipular. Cuando miro a alguien a la cara y le pregunto en tono sosegado si quiere dar un paseo conmigo le estoy comunicando dos cosas diferentes: Por una parte, que yo daría con gusto un paseo en su compañía; por otra parte, que aceptaría su negativa. Esto último me resultaría doloroso; pero estoy preparado para soportar este dolor. Para mí es más importante que él decida libremente que pasear en su compañía. Ésta es una relación vivida en libertad y llena de sorpresas. Yo no puedo predecir si y cómo el otro aceptará. De mi invitación a pasear puede salir una experiencia alegre o dolorosa.

Manipular significa intentar decidir el desenlace. Entonces pregunto con un tono, con una expresión de cara o con un gesto que ejerza presión sobre el otro. Ya no le dejo libre. Le hago presentir lo que sucederá si no satisface mi deseo. Las palabras pueden ser una pregunta, pero el mensaje contiene dos afirmaciones:

La primera: Quiero que tú pasees conmigo.

La segunda: Si no haces lo que quiero, te castigaré. La diferencia entre palabra y mensaje caracteriza la manipulación.

El castigo además puede adquirir forma más depresiva: me pongo enfermo, me retiro, estoy triste, es decir, apelo a la compasión y al papel de ayuda del otro. Pero el castigo también puede ser más bien agresivo: me pongo furioso, malhumorado y desagradable, es decir, apelo a la necesidad de armonía y a la debilidad del otro. En todo caso intento movilizar en el otro, antes de la decisión libre, los sentimientos que yo ahora necesito.

Con frecuencia, en las relaciones humanas se reúnen personas que se complementan en el modo en que manipulan y reaccionan ante la manipulación. El que manipula depresivamente busca y halla en la mayoría de los casos un ayudador, el que manipula agresivamente busca y halla la mayoría de las veces a alguien que no puede aguantar la agresión y cede o a alguien que responde a una agresión con otra más fuerte y así le demuestra al otro que no le da ningún valor.

Una importante característica y también síntoma de este modo de relaciones consiste en que continuamente ocurre lo mismo. Éste es también el sentido de

la manipulación: ganar seguridad. La vida auténtica es insegura y está llena de sorpresas, tanto alegres como dolorosas. Es una aventura. La vida ficticia sin discusión ni decisión ofrece seguridad porque es previsible y determinable, pero así no se llega verdaderamente al encuentro con otras personas.

Discernimiento entre sufrimiento falso y verdadero

Resumimos las reflexiones expuestas hasta aquí: Al principio nos sorprendió que Ignacio diese tanta importancia en su libro de los Ejercicios “*a pedir lo que quiero y deseo*”. También hemos visto que es propio del hombre adulto sano que pueda querer y decidir y que esté preparado para aceptar los dolores que se puedan originar. Quien no sea capaz de esto, no vive plenamente, está bloqueado e incluso enfermo. Sufre por ello, pero, al mismo tiempo, necesita este sufrimiento para ejercer presión sobre el prójimo, de modo que se le otorgue en cierto modo y en cierta medida un “donativo” que le proporcione seguridad.

Ahora podemos también reconocer la diferencia entre sufrimiento verdadero y falso. El sufrimiento verdadero se origina porque mis necesidades, deseos y nostalgias no siempre son correspondidos ni por mis semejantes ni por Dios. Anhelo algo y no lo recibo. Amo a una persona y no responde a mi amor. Yo desearía contar algo, pero las personas de mi alrededor no tienen tiempo para escucharme. Digo la verdad, pero mis conocidos no me creen. Muestro mi deseo o necesidad. De este modo me hago vulnerable. La negativa o el rechazo me alcanzan y producen una herida. Esto duele. Quizás en primer lugar yo no quisiera ni siquiera reconocer lo mucho que me ha afectado. Después me rebelo. Me enfado conmigo mismo por estar tan herido por los que han sido tan duros, malos o desleales. Quizás luche así durante un rato hasta que pueda proporcionar un espacio adecuado al dolor. Después me siento triste y lloro. Necesito tiempo, según la profundidad de la herida. Por este camino sucede la curación. Si me relaciono así con mis heridas, vivo sano. La fuerza curativa, que ha creado la propia vida, viene para sostenerme. Dios, el creador de mi vida, recorre conmigo este camino. En el diálogo con Él me dejo conducir paso a paso.

Por el contrario, el sufrimiento falso es el intento de evitar el sufrimiento

verdadero. No se me causa desde fuera por otras personas, ni por los acontecimientos de la vida, sino que me lo causo a mí mismo. En el origen está un auténtico sufrimiento, una herida real. Probablemente ésta nunca se ha curado. En la reacción he negado impulsos vitales esenciales y con ello me he causado sufrimiento a mí mismo.

Este sufrimiento adicional no tiene su origen en la situación actual; ésta puede ser la ocasión que lo destapa, pero no es la verdadera causa. Por ello, no me curaré del sufrimiento falso aunque cambie la situación. Como hemos visto, el sufrimiento falso tiene sentido para presionar sobre la situación o las personas. Intento hacerlas responsables de mi mala situación. Cargándolas con mi responsabilidad no me ayudan ciertamente en el sentido de una auténtica curación.

Ignacio pone el dedo en el punto decisivo, cuando insiste en que yo “*pida lo que quiero y deseo*”. Me dice muy claramente: Eres responsable de cómo te relaciones con tu querer y con tu desear. Nadie te puede librar de esta responsabilidad.

Un camino de purificación y clarificación

Ignacio parece suponer en el libro de los Ejercicios, que esta independencia y propia responsabilidad en el que viene a los Ejercicios está tan ampliamente desarrollada que puede responder de su desear y querer. Después se le puede proponer la pregunta de cómo está ante Dios. O dicho de otra forma, se ve colocado entonces ante la decisión de qué deseo quiere seguir: el deseo de todas las satisfacciones posibles –vida larga, riqueza, honor, etc. o el deseo de vivir en comunión con Dios. Ignacio trata de este conflicto en los Ejercicios, según lo expresa en su libro.

Esto se puede expresar así con otras palabras: Los Ejercicios son una escuela que interroga y quiere profundizar en nuestra verdadera capacidad de sufrimiento. Ignacio deja claro desde el principio: Si quiero hacer la voluntad de Dios, tengo que estar preparado para el sufrimiento verdadero. Ignacio incluso es de la opinión de que sólo puedo hallar la voluntad de Dios si tengo capacidad para el sufrimiento, EE 23 y sobre todo EE 136-168. La verdadera capacidad para

sufrir encierra capacidad para el conflicto. Tengo que ganar tanto en independencia que pueda oponerme a otras personas. Esto se expresa así en la tradición espiritual: No puedo estar dominado por el temor humano para dar testimonio de la verdad. La resistencia no violenta, de la que tanto se habla hoy, corresponde a esto.

Con referencia a mi querer y desear contiene la pedagogía de los Ejercicios tres puntos que, para ir hacia esta meta, deben tenerse en cuenta:

1. Se pregunta al ejercitante a cada paso ¿qué quieres?

Esta demanda insistente ayuda al ejercitante a escucharse en lo más profundo y a tomar contacto con su anhelo y búsqueda interior. Además descubrirá cada vez más la variedad de estratos de este mundo interior de los deseos y encontrará desde los deseos más superficiales hasta las necesidades profundas y el anhelo original de su alma.

Además Jesús, según el testimonio de los Evangelios, en contexto de curación, preguntó a las personas qué querían, como por ejemplo en la curación del ciego de Jericó, donde esto queda especialmente claro, Mc 10,51.

2. El ejercitante debe orar lo que quiere y desea.

Existe una falsa alternativa: O recibo lo que quiero o no quiero. Existe una tercera posibilidad: Quiero y vivo en la apertura tanto si mi deseo se realiza como si no es así. El falso sufrimiento resulta de la -intentada-renuncia al deseo en lugar de a lo deseado. El sufrimiento verdadero es el sí al deseo y conduce a la renuncia de lo deseado.

Ignacio anima con esta indicación a poner en relación mi deseo y mi querer. La felicidad del ser humano no consiste, en último término, en que sus necesidades y deseos se cumplan, sino en vivir en intercambio y unión con un Tú -en definitiva, el infinito Tú de Dios-. Todo lo demás está referido a esto y se relativiza.

Creemos que Dios nos ama. Entonces no Le son indiferentes nuestros deseos y nostalgias. Por tanto, estamos en condiciones de confiarnos a Él. Es importante que no sólo presentemos deseos y nos quedemos como

fuera del juego, sino que nosotros mismos nos abramos a Él en y con nuestra nostalgia. Sólo así nuestra oración será existencial.

Cuando entramos de esta forma en diálogo con Dios, también se aclara cual de los muchos deseos que descubrimos en nosotros, es ahora más importante. La Sagrada Escritura nos anima a pedir mucho:

“Dios en Su bondad nos da mucho más de lo que merecemos”. Domingo 27, ciclo A. Por consiguiente, podemos venir hacia Él con todos nuestros deseos y Él nos conducirá a un camino de clarificación, orden y purificación. Así, poco a poco, crecerá nuestro querer y nuestra libertad en unión con la voluntad de Dios, que nos ama inmensamente y quiere lo mejor para nosotros.

3. El ejercitante debe percibir vigilante y sincero la contradicción e incoherencia de su querer y no dejarlo yacer en la semiobscuridad.

Ignacio es severo en este punto. Es muy importante ver con qué es severo: No con que amemos contrarios y tengamos deseos incompatibles unos con otros y busquemos mantenerlos. No, esto es por así decirlo, normal en el ser humano que vive en una situación de pecado original. Inexorablemente vive con referencia a la ofuscación y a la tendencia a la mentira, con la que pasamos por encima de todo. Nos debemos confesar sinceramente que amamos contrarios (EE 149-156; EE 157) y así presentarnos ante Dios. Sólo entonces puede tener lugar la clarificación, la purificación y la curación. La mayor parte de las veces renegamos de nosotros mismos, cuando descubrimos algo así en nuestro interior y lo queremos poner en orden de la forma más secreta posible y, sin embargo, sufrimos un naufragio. Después queda todo como siempre. La verdad es que no creemos que Dios tiene misericordia con nosotros.

Consecuencias para la praxis de los Ejercicios

¿Qué hacer ahora si un ejercitante no puede aún afrontar sus deseos, ni desarrollar el propio querer ni encontrar ni mantenerse firme en las propias decisiones responsables?

1. En primer lugar hay que constatar que, en este caso, el proceso de los

Ejercicios como se presentan en el libro -comenzando por el Fundamento y la Primera Semana- más perjudican que aprovechan. Esta rápida entrada en el conflicto, sobre todo si se expone en el lenguaje de Ignacio, puede reforzar en un ejercitante su tendencia al sufrimiento falso. Se identificará en la mayoría de los casos rápidamente con el ideal para cumplir la voluntad de Dios. En lugar de *“pedir lo que él quiere y desea”* pedirá lo que debe querer y desear. Esto sería saltar por encima del propio enfrentamiento y puede ir acompañado por mociones afectivas que se pueden describir como entusiasmo por un ideal. Este entusiasmo tiene su valor positivo, pero no hay que confundirlo con la capacidad auténtica para el amor y el sufrimiento.

Nota. La praxis del mismo Ignacio lo confirma. Con Fabro, su primer compañero en París, esperó largo tiempo hasta que le dio los Ejercicios en el verdadero sentido. Esperó no pasivamente, sino que le ayudaba con otros ejercicios a hallar el equilibrio interior y la madurez, que para el proceso, como él lo comienza en el libro de los Ejercicios, son. Si uno denomina a estos “ejercicios” previos Ejercicios o no, lo tengo por secundario.

2. En lugar de eso, hay que proponer los Ejercicios, que tienden a fortalecer el propio yo del ejercitante, que tiene que aprender que el mandamiento primero y fundamental del Dios de la Antigua y Nueva Alianza dice: ¡Quiero que tú vivas! En este camino puede descubrir más tarde, que su verdadera culpa no consistió en haber infringido este o aquel mandamiento y en este sentido en “no haber realizado la voluntad de Dios” sino en haber rehusado la vida de forma quizás más semiconsciente que consciente.

Para esto es de gran ayuda el Antiguo Testamento, que nos muestra a un Dios que se alegra por la vida. Es el Creador de esta vida, ciertamente también en su parte vital, incluidas las mociones agresivas y sexuales. No teme en sus promesas acceder muy concretamente a los deseos y nostalgias de Su pueblo. Cuando un ejercitante está tan abierto que puede acercarse a los pasajes correspondientes del Antiguo Testamento, es alentado y liberado para prestar más atención a sus silenciosas

nostalgias, que empiezan a moverse de forma apenas perceptible. Un paso posterior pueden ser los pasajes, en los que el ser humano discute con Dios lamentándose, disputando y peleando. Con Dios se puede conversar en cualquier tono, a condición de que sea de forma reverencial. Especialmente los Salmos pueden conducir al ejercitante hacia esta oración que se llena de la propia vida y de sus necesidades.

3. Es muy importante en este proceso la actitud y el comportamiento del acompañante. No se puede dejar manipular y como ayudador, en el peor sentido, apoyar la huida del ejercitante hacia el falso sufrimiento. Por otra parte, una confrontación demasiado prematura o torpe puede reafirmar al ejercitante en su actitud de defensa frente a la vida.

Que ambas cosas no sucedan, depende sobre todo del grado de libertad y emancipación que haya alcanzado el propio acompañante y de que pueda tratar con respeto y amor a este ejercitante. De esa forma contribuirá, a través de todo su comportamiento, a que las fuerzas vitales sanas se vigoricen en el ejercitante. Una cierta sabiduría y experiencia en relaciones psicológicas es no sólo ayudadora sino necesaria. Le permite a uno evaluar mejor el resultado del propio ser y actuar en otros. Le puede preservar de dejarse utilizar como “ayudador” de modo falso. Finalmente permite reconocer los límites que se trazan por la propia competencia y por la misión frente a un ejercitante determinado.

Alex Lefrank S.J.

Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien Nr. 49

Querer - Buscar

Del latín *quaerere*, buscar, inquirir, pedir. El paso a la expresión de la idea de voluntad resulta de un cambio muy antiguo, que hoy ha quedado limitado al castellano y al gallego-portugués.

- ♦ *Querencia*: inclinación del hombre y los animales a volver al lugar donde se han criado.
- ♦ *Conquerir*: buscar por todas partes, hacer una búsqueda.
- ♦ *Conquista*: participio femenino del anterior.
- ♦ *Cuestión*: de *quaestio*, -onis, búsqueda, interrogatorio, problema.

Diccionario crítico etimológico Corominas

“Díxose a *quaerendo* porque lo que queremos lo vamos a buscar”

Diccionario de Sebastián de Covarrubias, año 1611

www.vacarparacon-siderar.es