

## **Buenas noches del Regulador**

### **“Experiencia de los Ejercicios del Espíritu y en el Espíritu”**

Los ejercicios espirituales son una experiencia en la que las iniciativas de la gracia de Dios, las propuestas de Cristo, las inspiraciones del Espíritu nos interpelan con más fuerza. Nos preguntamos por eso con *qué actitudes* estamos comenzando esta aventura espiritual: ¿con cansancio o deseo? ¿con tristeza o alegría? ¿con turbación o con serenidad? ¿Cuál es nuestro grado de apertura a la gracia de Dios, de valentía frente a las propuestas del Señor Jesús, de disponibilidad al Espíritu? ¿Estamos dispuestos a emprender esta experiencia con apertura, valentía, disponibilidad?

La vida espiritual requiere *ejercicio*. Para adquirir una habilidad o una capacidad o una actitud hace falta una aplicación metódica, un ejercicio repetido, un esfuerzo paciente. El atleta y el artista deben entrenarse, probar y volver a probar, repetir movimientos y gestos para llegar a prestaciones de calidad. Esto vale también para la vida espiritual; requiere ascesis, es decir ejercicio. Por ejemplo, la oración es un don, pero también un arte que se aprende.

Para la experiencia que esta tarde hemos iniciado se habla de *ejercicios* en plural, porque nos ofrece diferentes ejercicios espirituales que y practicar.

**1.** El primer ejercicio consiste en crear las condiciones necesarias de **atención**: concentrarnos, reposar, converger. Según la etimología latina, atención significa “tender hacia”; se trata de un movimiento del Espíritu hacia algo o alguien. Crear capacidad de atención es crecer en la unificación personal. Los ejercicios acaban de empezar; hay que “entrar en ellos” en seguida, dejándonos implicar sin distracción, superficialidad, dispersión. La vida espiritual se mueve en el corazón, que es el lugar de las decisiones y de los deseos. Nos pide ir en profundidad y entrar en la interioridad. ¡Por eso hay que concentrarse sobre nuestro corazón!

**2.** El segundo ejercicio es el **silencio**. La tradición ascética reconoce la esencialidad del silencio para la vida espiritual. “La oración ha por padre al silencio y por madre a la soledad” decía Savonarola. En la experiencia amorosa el silencio es muchas veces más elocuente e intenso que la palabra. Por desgracia hoy el silencio es raro, sordos como estamos por el ruido, bombardeados por los mensajes, ahogados por las chacharas. “En el silencio está plantado un maravilloso poder de observación, clarificación y concentración sobre las cosas esenciales” escribía Bonhoeffer. Del silencio puede brotar una palabra luminosa. El silencio es el guardián de la interioridad. En estos días hacemos juntos el ejercicio del silencio. Buscamos los lugares del silencio. Esto nos ayudará a obtener ese silencio interior que se juega en nuestro corazón, lugar de la lucha espiritual.

**3.** Otro ejercicio es la **escucha**. La capacidad de hablar a Dios depende de la disponibilidad para escucharle: la fe nace de la escucha. La oración es ante todo escucha: una escucha de Dios a través del sacramento de su Palabra que es la Escritura; una escucha de Dios en la historia y en lo cotidiano; una escucha de Dios a través del discernimiento al que nos ha educado la frecuentación con el evangelio en la “lectio divina”. La vida espiritual puede definirse como una ascesis de la escucha, un arte de la escucha. Hace falta prestar atención a quien se escucha, a qué se escucha, a cómo se escucha. La escucha requiere una fatigosa obra del descubrimiento de la Palabra de Dios en las palabras humanas y un continuo discernimiento de su voluntad en los

acontecimientos históricos. La escucha lleva al creyente a repetir con Jacob: “El Señor está aquí y yo no lo sabía” (Gen 28, 16).

4. Por último está el ejercicio de la **oración**. “La obra más difícil es la oración” oían decir los jóvenes monjes al anciano. La oración es nuestra respuesta a la decisión de Dios de entrar en relación con nosotros. Según las Escrituras es Dios quien busca, interroga, llama. Nuestra respuesta es la oración, en sus diversas formas: rendimiento de gracias, alabanza, bendición, adoración; petición, invocación, súplica, intercesión. La oración es búsqueda de Dios, es decir apertura al encuentro con Él. Los salmos lo muestran de un modo evidente: “Oh Dios, por ti madrugo” (Sal 63). Esta dimensión relacional es lo que mejor expresa la identidad de la oración cristiana; nos sumerge en el diálogo con Dios. En estos ejercicios además de la oración litúrgica, encontramos tiempo para la oración personal: “El Señor está aquí y te llama”.

Las Constituciones hablan de los ejercicios como de una experiencia fuerte. “Son tiempos de recuperación espiritual que Don Bosco consideraba como la parte fundamental y la síntesis de todas las prácticas de piedad. Para la comunidad y para cada salesiano son ocasiones especiales de escucha de la Palabra de Dios, de discernimiento de su voluntad y de purificación del corazón. Estos momentos de gracia recuperan para nuestro Espíritu profunda unidad en el Señor Jesús” (Const. 91).

La nuestra vida salesiana está sujeta a los riesgos de la superficialidad, activismo y desgaste. Es fácil dejarse arrastrar por la acción y no dar tiempo a Dios. Nuestra Regla nos invita a dar importancia a estos tiempos del Espíritu. No cedamos a la tentación de transformarlos en jornadas de estudio o discusión. Demos importancia a la escucha de la Palabra de Dios, que nos permite discernir Su voluntad en el momento presente y nos llama a la purificación del corazón.

Don Bosco no dudaba en afirmar: “Los ejercicios espirituales pueden definirse como cimiento de las Congregaciones religiosas y tesoro de los socios que las forman”. Y en la primera redacción del Reglamento de los ejercicios escribía: “Nuestra misma humilde Sociedad es deudora a ellos de su mayor desarrollo, y muchos de sus miembros deben hacer depender de una celebración de ejercicios el principio de una vida mejor”.

Estos ejercicios espirituales preceden al comienzo del Capítulo general; el CG27 es un momento decisivo para la vida de nuestra Congregación. El tiempo histórico y eclesial que estamos viviendo nos invita a una nueva primavera del Espíritu; el tema capitular nos provoca a una profunda conversión evangélica. Preguntémonos en estos días: ¿en qué debo cambiar en mi vida? ¿qué renovación es necesaria para la vida de la Congregación? Que el Espíritu Santo sea nuestro maestro interior en esta obra de discernimiento.