



↑ Grupo de participantes en los Ejercicios Espirituales organizados por el Centro Pastoral San Francisco Javier.

# Ejercicios Espirituales: una experiencia para vivir

En la Javeriana, el Centro Pastoral San Francisco Javier ofrece a toda la comunidad educativa la posibilidad de participar en los Ejercicios Espirituales, propuestos desde la Edad Media por San Ignacio de Loyola.

*Carlos G. Mahecha M.\**

En la actualidad existe una amplia gama de ofertas de formación en temas de desarrollo humano que van desde propuestas *Outdoor Training* basadas en el aprendizaje experiencial, hasta novedosas propuestas de *Coaching* personal, pasando por la tradicional asesoría psicológica. Esto sin contar con las variadas propuestas de corte espiritual, autóctonas y de lejanas latitudes, que buscan en últimas el anhelado bienestar personal.

Con el transcurrir del tiempo se observa cómo lo que fue moda en una época, termina cediendo su espacio a las nuevas tendencias que prometen alcanzar lo que la anterior no logró. Esto ocurre con la tecnología, la ciencia, el conocimiento y también con las ofertas de formación humana. Sin embargo algunas prevalecen en el tiempo y se mantienen vigentes gracias a los resultados que producen.

Este es el caso de los Ejercicios Espirituales (EE) que ofrece el Centro Pastoral San Francisco Javier. Una propuesta que se empieza a poner al servicio de la humanidad finalizando la Edad Media, y cuya primera edición data de 1548. Esta experiencia propuesta por San Ignacio de Loyola, fundador de la Compañía de Jesús, se constituye en la base de la espiritualidad de los jesuitas y de todas las obras orientadas por ellos, dentro de las cuales se encuentra la Pontificia Universidad Javeriana. De hecho "el paradigma pedagógico ignaciano", el "Magis", "la cura personalis" y toda la identidad Javeriana tienen su fuente en esta experiencia.

## Incremento en la demanda

Ya son 14 experiencias al año las que la Vicerrectoría de Medio Universitario ha autorizado para que cualquier persona

de la comunidad educativa las pueda vivir, ya sea en la modalidad de 3 días, 8 días, 30 días o en la Vida Corriente.

La demanda se ha incrementado debido a la conjunción de una serie de factores. En primer lugar, a partir del año 2014 todas las modalidades empezaron a ser acompañadas y personalizadas, es decir, cada participante cuenta con un acompañante espiritual, quien ayuda a recorrer el proceso según el ritmo y la singularidad de quien participa. Esto conduce a un segundo factor que tiene que ver con la eficacia en resultados, ya que en las evaluaciones normalmente los asistentes reportan la satisfacción de sus expectativas; lo que nos lleva a un tercer factor y es que quienes participan se encargan espontáneamente de la divulgación de la experiencia por medio del voz a voz, estrategia muy valorada en redes de mercadeo. Y sin duda alguna, otro factor importante tiene

que ver con el costo para los miembros de la comunidad educativa, cuyos descuentos hacen de la experiencia algo muy accesible.

## Frutos de los EE

A los EE les pasa lo que a los buenos vinos, que entre más añejos adquieren más valor, y es que a pesar de su ancestral origen, su vigencia es indiscutible, ya que desde que fueron concebidos, su metodología es eminentemente experiencial; por otra parte, aunque en esa época no se hablaba de *Coaching*, San Ignacio desde el principio los diseñó con acompañamiento personalizado; y adicionalmente, los frutos de los EE aportan de manera contundente al reordenamiento del mundo afectivo de la persona, que en términos actuales podríamos llamar inteligencia emocional.


**Por ser Espirituales, buscan que la persona entre en contacto con lo más profundo y esencial de su ser, permitiendo aclarar su sentido de vida y reconocer la relación sustancial consigo mismo y con los demás seres que lo rodean.**

Evidentemente, por ser Espirituales, buscan que la persona entre en contacto con lo más profundo y esencial de su ser, permitiendo aclarar su sentido de vida y reconocer la relación sustancial consigo mismo y con los demás seres que lo rodean.

Este proceso de toma de consciencia hace de la persona un ser más humano, tan humano como el mismo Jesucristo, persona central en la experiencia y por medio de la cual se dará un proceso de transformación, desde el reconocimiento de la propia vulnerabilidad, que en algunos convierte la vida en un "sobrevivir", hasta una conciencia de la posibilidad de trascender lo meramente transitorio quedando con una invitación a "vivir" la vida. Dicho proceso de transformación permite entonces descubrir y profundizar en su posibilidad creciente de plenitud como

ser humano, plenitud que se concretará en servicio a los demás.

Como el mismo San Ignacio lo plantea, los EE son un proceso compuesto por cuatro etapas, que busca: "quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de quitadas, para buscar y hallar la voluntad divina"; de esta manera, en últimas, los EE están diseñados para que la persona pueda hacer un alto en el camino y con su eficaz método de autoconocimiento, observar su vida desde una óptica espiritual, que la deja capacitada para asumir decisiones desde las herramientas de discernimiento espiritual con que el ejercitante podrá contar para ser usadas en su vida cotidiana.

En conclusión, se podría decir que hay dos tipos de seres humanos, los que "sobreviven" en la vida y los que deciden "vivir" 

\*Coordinador Programa Ejercicios Espirituales del Centro Pastoral San Francisco Javier.

↓ La metodología de los Ejercicios Espirituales es eminentemente experiencial.

