

Ascesis de los *Ejercicios Espirituales* y del *Bhagavad-Guita*

Dr. Gabriel H. A. de Ortuzar

Los Ejercicios Espirituales y el *Bhagavad Guita* están entre los escritos de ascesis de más influencia en la historia de la espiritualidad. Según De Causette: "Los Ejercicios son uno de los libros más venerables salidos de manos de hombres, porque si *La imitación de Cristo* ha conjujado más lágrimas, los *Ejercicios* han producido más conversiones y más santos"¹.

Si bien están entre las obras de ascética más difundidas, los comentaristas prefieren señalar un aspecto más cualitativo, "...es necesario hacer notar que su verdadera acción se realiza más bien en sentido de profundidad. Es una revolución interna la que obra en cada alma. Su repercusión más íntima escapa a la historia, al control de los datos"².

El *Bhagavad Guita* forma parte de la epopeya hindú *Mahabharata* que es considerada como una de las más importantes de la cultura oriental. Es interminable la cantidad de autores que comentan esta obra, y, por las mismas causas que los Ejercicios, es inconmensurable la transformación que ha producido en una incalculable cantidad de personas de Oriente y Occidente.

Los temas en común entre el *Bhagavad Guita* y los *Ejercicios Espirituales* son varios; en este trabajo nos centraremos en la ascesis.

La ascesis de los *Ejercicios Espirituales*

El sentido de la ascesis ignaciana se deriva de la concepción del hombre y el fin de la existencia humana. Este fin aparece precisado, entre otros lugares, en "Principio y Fundamento": "El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y, mediante esto, salvar su ánima..."³ en relación a tal fin, la ascesis ignaciana considera como ejercicios espirituales "todo modo de preparar y disponer el ánimo, para quitar de sí todas las affecciones desordenadas, y después de quitadas para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud de su ánima(...)"⁴.

Los afectos desordenados deben ser contrastados con el logro de

la indiferencia con respecto a los bienes y males de este mundo. Estos deben aceptarse o rechazarse según permitan servir mejor a Dios, "...poniendo fuerza de no querer aquello ni otra cosa ninguna que no moviese sólo a servir a Dios nuestro Señor le mueva a tomar la cosa o dexarla"⁵. Poner en práctica este criterio supone disponer la voluntad y la libertad, el ejercitante debe ofrecer, "todo su querer y libertad, para que su divina majestad, así de su persona como de todo lo que tiene, se sirva conforme a su santísima voluntad"⁶. Pueden verse aquí, dos aspectos fundamentales de la concepción antropológica. Por un lado, la realización plena del hombre es hacer la voluntad divina, y para ello se requiere la gracia. Por otro lado, el hombre es un ser libre al que se exhorta a *entregarse voluntariamente para que la gracia pueda actuar y transformarlo en la dirección para la que ha sido creado*. Esto puede reconocerse, entre otros sitios, en la oración preparatoria del primer ejercicio donde el ejercitante le *pide a Dios la gracia* "para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean plenamente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad"⁷.

Otra de las características de la ascesis ignaciana es la importancia del *apartamiento y la concentración*. Entre otros motivos, esta recomendación tienen su fundamento en que "...no teniendo el entendimiento partido en muchas cosas, mas poniendo todo el cuidado en solo una, es a saber, en servir a su Criador y aprovechar a su propia ánima, usa de sus potencias naturales más libremente y (...) en cuanto más nuestra ánima se halla sola y apartada, se hace más apta para acercar y llegar a su Criador y Señor"⁸.

La práctica de los *Ejercicios* supone lo que en otros lugares, basándonos en la Antropología y Epistemología In-sistencial, denominamos la *identificación con la contingencia*⁹. En efecto, Ignacio propone a través de la imaginación que tratemos de identificarnos con la finitud del cuerpo y la existencia humana: "...considerar mi alma como encarcelada en este cuerpo corruptible y todo el compuesto humano desterrado en este valle..."¹⁰.

Con respecto a la *importancia del cuerpo* en la contemplación se recomienda principalmente alcanzar la quietud del mismo: "...me pondré en pie -por espacio de un Pater noster- alzado el entendimiento arriba, considerando como Dios nuestro Señor me mira; etc, y hacer una

reverencia o humillación(...). Si hallo lo que quiero de rodillas, no pasare adelante. Y si postrado, asimismo, etc..."¹¹. También se sugiere privarse de toda claridad, refrenar la vista y vencer a sí mismo, (...) para que la sensualidad obedezca a la razón, y todas las partes inferiores estén más sujetas a las superiores"¹².

En los cuatro puntos de la Contemplación para alcanzar Amor encontramos exhortaciones a *intuir* (mirar) y a la *interioridad* (en mí mismo). Citamos algunos de ellos: "... reflectar en mí mismo, considerando con mucha razón y justicia lo que yo debo de mi parte offrescer y dar a su divina majestad, es a saber, todas mis cosas y a mí mismo con ellas (...) mirar como Dios habita en las criaturas, en los elementos dando ser, en las plantas vegetando, en los animales sensando, en los hombres dando a entender; y así en mí dándome ser, animando, sensando y haciéndome entender; asimismo haciendo templo de mí seyendo criado a la similitud e imagen de su divina majestad; otro tanto reflectiendo en mí mismo"¹³. La importancia que la intuición y la interioridad tienen en la ascesis ignaciana nos permite inferir algunas afirmaciones sobre las concepciones antropológicas y gnoseológicas de San Ignacio. Con respecto a la concepción del hombre, aparece el alma como templo del Espíritu divino, y semejante al mismo. En relación al conocimiento, el alma es el lugar donde se pueden intuir las verdades más profundas, dado que sólo volviendo sobre ella (interiorizándose) se puede acceder a la intuición, siendo necesario para llegar al conocimiento intuitivo poder *aquietar a la mente*. En los tres modos de orar, se puede reconocer como el sosiego es condición para alcanzar la contemplación: "Antes de entrar en la oración (...) repose un poco el espíritu; (...) considerando adónde voy y a que; y esta misma adición se hará al principio de todos modos de orar"¹⁴.

La *respiración* también es un recurso para intentar alcanzar el estado meditativo. El modo de orar por compás, Ignacio lo describe de la siguiente manera: "...es que con cada un anhélito o resollo se ha de orar mentalmente diciendo una palabra del Pater noster o de otra oración que se rece, de manera que una sola palabra se diga entre un anhélito y otro, y mientras durase el tiempo de un anhélito a otro, se mire principalmente en la significación de la tal palabra..."¹⁵.

Por último, queremos destacar otro aspecto de la ascesis ignaciana:

la contemplación del significado de cada palabra que contiene la oración. “La persona, de rodillas o asentado, según la mayor disposición en que se halla y más devoción le acompaña, teniendo los ojos cerrados o hincados en un lugar, sin andar con ellos variando, diga Pater, y esté en la consideración desta palabra tanto tiempo, quanto halla significaciones, comparaciones, gusto y consolación en consideraciones pertinentes a tal palabra...”¹⁶.

La ascesis del *Bhagavad Guita*

¿Qué aspectos de la ascesis del Yoga tal como es descripta en el *Bhagavad Guita* pueden parecerse a los de la ascesis ignaciana?

En primer lugar, debe señalarse que la ascesis del Yoga, en términos generales, comporta una finalidad con los Ejercicios Espirituales: alcanzar el conocimiento de lo Supremo a través de la contemplación. Aunque, no podemos negar, que sus respectivas concepciones de lo Supremo y del acto contemplativo no coinciden plenamente.

Arjuna, en el capítulo sobre el yoga del conocimiento, también desea *discernir la voluntad divina* y le pide a Krishna que lo ayude (gracia): “Mi mente vacila en la oscuridad sin que pueda discernir cuál es el deber. ¡Oh Krishna! Te ruego me digas con franqueza y claridad lo que convendría hacer. Me refugio en ti como discípulo tuyo: guíame”¹⁷.

La indiferencia ignaciana tiene su analogía en varias expresiones del *Bhagavad Guita* que exhortan a la *actitud de desapego*. “Considera iguales placer y dolor, ganar o perder, la victoria o la derrota y prepárate para el combate. Procede así y no cometerás pecado (...). Sólo la acción es tu deber, nunca el fruto de las acciones. Para quien alcanza el *desapego interior*, el mal y el bien de esta tierra ya no existen. Los frutos de la acción no deben ser su meta sino que han de serlo las obras mismas. Y no por ello debe ceder a la pereza”¹⁸.

La importancia de *la libertad y la voluntad* aparecen en forma explícita en las enseñanzas del Yoga. El asceta debe decidir dominar su deseo y sólo puede hacerlo recurriendo a la voluntad. “El hombre superior es quien dominando sus sentidos por el poder de la *voluntad*, se entrega sin apego a la acción (...) domina tu mente por medio del Ser y así destruirás a ese enemigo tan difícil de dominar, que adopta el

aspecto del deseo”¹⁹.

A este autocontrol hay que sumarle la actitud de *sacrificio u ofrecimiento de todas las acciones a Dios*. “El alma liberada que ha dejado todo apego, cuya mente está firme y estable en el conocimiento de sí misma, realiza sus acciones como sacrificio (...) Brahaman es el acto de sacrificio”²⁰.

La concentración es una de las formas de manifestar la actitud de sacrificio. “Algunos ofrecen sacrificios con bienes materiales; otros con la austeridad y la disciplina espiritual y aún otros con la concentración”²¹. Para alcanzarla se requiere –al igual que en los *Ejercicios Espirituales*– *el apartamiento, la quietud corporal y la interioridad*. “El asceta debe meditar constantemente en el Atman, permaneciendo solo en un lugar retirado, con cuerpo y mente sujetos a su dominio, libre de las esperanzas y posesiones de este mundo (...) debe mantenerse firme, con el cuerpo, con la cabeza y el cuello erguidos, los ojos vueltos hacia la punta de la nariz y la mirada, que nunca debe dirigirse al entorno, absorta en lo interior”²².

El *Bhagavad Guita* no propone algo idéntico a la *contemplación del significado de cada palabra*, pero la experiencia de la iluminación supone la pronunciación de la sílaba *AUM* en estado contemplativo, precedida del *control de la respiración*: “Para poder unirse al Eterno (...) el hombre debe cerrar las puertas de los sentidos y dirigir su mente absorta al corazón, fijando el aliento vital entre las cejas. Quien deja su cuerpo buscando con firme concentración refugio en mí, al par que pronuncia la sagrada sílaba *AUM*, logra el estado más alto”²³.

En síntesis, el *Bhagavad Guita* y los *Ejercicios Espirituales*, en la concepción de la ascética guardan algunas analogías: 1) La contemplación de lo Supremo y la realización de su voluntad como el fin de la vida humana. 2) La indiferencia frente a los bienes y males de este mundo. 3) La combinación de voluntad y gracia para llegar a la contemplación. 4) El ofrecimiento de todas las acciones como sacrificio. 5) El apartamiento, la quietud corporal y la interioridad. 6) El control de la respiración con la pronunciación de términos sagrados.

Existe una diferencia entre estas dos ascesis que, a nuestro entender, está determinada por las diferencias en la concepción del Absoluto. Tales diferencias se proyectan en la concepción de la contemplación.

La plenitud del proceso ascético que propone el Yoga coincide con alcanzar el silencio interior y percibir el Absoluto. Los *Ejercicios Espirituales* también conducen a esta vivencia, que Quiles llamó experiencia mística natural, pero ésta no es su fin último. El silencio interior en los *Ejercicios Espirituales* es propedéutico para realizar la meditación que siempre contiene en su materia elementos de la revelación. Esto último, transforma la experiencia mística natural en sobrenatural, llevando al practicante a un coloquio con Dios. Este coloquio supone haber alcanzado el silencio interior, pero luego se quebranta por la acción transformadora de Dios que se comunica a través de su Palabra revelada, suscitando en el hombre distintos modos de comunicación (oración discursiva, lágrimas, posturas corporales, etc).

La experiencia religiosa de los *Ejercicios Espirituales* tiene un nivel más profundo aún, éste se ubica en el momento posterior al coloquio. En ese momento, el ejercitante vuelve al silencio interior, pero, en esta oración de presencia, la percepción de lo Absoluto se torna más personal, debido a que el coloquio previo permitió el conocimiento de Dios a través de la revelación. Este diálogo conduce a un silencio interior y a un conocimiento de Dios más pleno que en la experiencia mística natural, donde el ejercitante reconocerá que accedió a tal experiencia porque libremente anheló encontrarse con lo Supremo, pero percibiendo con mas claridad la fuerza de la Gracia con la cual él colabora para alcanzar ese grado de silencio y conocimiento.

A modo de conclusión, podemos afirmar que la ascesis del Yoga contiene elementos compatibles con los *Ejercicios Espirituales* que pueden, en gran medida, ayudar a alcanzar el silencio interior propedéutico para el encuentro con lo Absoluto. Según Quiles, "... el aporte específico del Yoga (...) consiste en un mejor desarrollo de `ciertas técnicas` de concentración mental y en un mayor recurso de la utilización del cuerpo para que este contribuya mejor a la realización de la liberación del espíritu"²⁴. Este reconocimiento de Quiles, no invalida de ningún modo los niveles que hemos distinguido anteriormente, distinción que implica la afirmación de que los *Ejercicios Espirituales* permiten alcanzar una experiencia más profunda de Dios. "La ascética y la mística cristiana dan seguridad interior más precisa, apoyada en la concepción cristiana del hombre, ofrecida por la revelación sobrenatural; además se pone el

acento con mayo énfasis en la unión `personal` del alma con Cristo, y, a través de Cristo, con Dios²⁵.

Notas

1. DE CAUSETTE, *Mélanges oratoires* (París 1876) I pág. 225 en el *Peregrino de San Ignacio*. Extraído de San Ignacio de Loyola. *Obras Completas*. BAC, Madrid, MCMLXXVII.
2. SAN IGNACIO DE LOYOLA. Ob. cit. pág. 170.
3. Ob. cit. págs. 214-215.
4. Ob. cit. pág. 207.
5. Ob. cit. pág. 241.
6. Ob. cit. pág. 208.
7. Ob. cit. pág. 221.
8. Ob. cit. pág. 213.
9. DE ORTUZAR, Gabriel H. A. *Análisis Epistemológico In-sistencial del Yoga y el Psicoanálisis*. Edic. Universidad del Salvador, 1ª ed. 1999. Véase principalmente las pág. 134-135 y las referencia a las obras de Quiles analizadas sobre el tema.
10. SAN IGNACIO DE LOYOLA. Ob. cit. pág. 221.
11. Ob. cit. pág. 228.
12. Ob. cit. pág. 229.
13. Ob. cit. pág. 258.
14. Ob. cit. pág. 259.
15. Ob. cit. pág. 262.
16. Ob. cit. pág. 261.
17. ANÓNIMO, BHAGAVAD-GUITA. *El cantar del Señor*. Introducción de Aldous Huxley. Traducción, Prólogo y notas: Leonor Cealvera. Bs. As.; Editorial Dédalo, 1ª ed., s.d., probablemente en 1983.
18. Ob. cit. págs. 37-38. Las cursivas son nuestras.
19. Ob. cit. págs. 44-47. Las cursivas son nuestras.
20. Ob. cit. pág. 51.
21. Ob. cit. pág. 52.
22. Ob. cit. pág. 60.
23. Ob. cit. pág. 70.
24. QUILES, Ismael, S.J. *¿Qué es el Yoga? Filosofía, mística y técnicas*

yogas. Obras Completas, Tomo II, 3ª ed., ampliada. 1ª ed. 1971, Editorial Columbia.

25. Ob. cit. pág. 6.