

## Contemplación para Alcanzar Amor

San Ignacio de Loyola

Ejercicios Espirituales 230-237

de la película-documental:

Ignacio – el buscador de Dios

Un documental de animación sobre los Ejercicios Espirituales ignacianos.

¿Alguna vez te has preguntado qué es lo que mueve a los jesuitas en lo profundo? Este innovador documental de animación acerca del fundador de los jesuitas muestra su búsqueda de Dios e invita a una propia búsqueda personal.

Para más información sobre los Ejercicios Espirituales: <https://www.ejercicios-espirituales.org/>

### **230** CONTEMPLACION PARA ALCANZAR EL AMOR.

**Nota.** Primero conviene fijarse en dos cosas:

La primera es que el amor se debe poner más en las obras que en las palabras.

**231** La segunda, el amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, en dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene o puede, y así por el contrario el amado al amante; de manera que si uno tiene ciencia dé al que no la tiene, si tiene honores o riquezas, lo mismo; y así el otro recíprocamente.

**Oración.** La oración acostumbrada.

**232 Primer preámbulo.** El primer preámbulo es composición. Aquí es ver cómo estoy delante de Dios nuestro Señor, de los ángeles, de los santos que interceden por mí.

**233 Segundo preámbulo.** El segundo, pedir lo que quiero: será aquí pedir conocimiento interno de tanto bien recibido, para que reconociéndolo yo enteramente, pueda en todo amar y servir a su divina majestad.

**234 Primer punto.** El primer punto es traer a la memoria los beneficios recibidos de creación, redención y dones particulares, ponderando con mucho afecto cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí, y cuánto me ha dado de lo que tiene, y, como consecuencia, cómo el mismo Señor desea dárseme en cuanto puede, según su ordenación divina; y después reflexionar en mi interior, considerando lo que yo con

mucha razón y justicia debo de mi parte ofrecer y dar a su divina majestad, es a saber, todas mis cosas y a mí mismo con ellas, como quien ofrece con mucho afecto:

*“Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Vos me los disteis, a Vos, Señor, lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad. Dadme vuestro amor y gracia que ésta me basta”.*

**235 El segundo**, mirar cómo Dios habita en las criaturas: en los elementos dándoles el ser, en las plantas dándoles la vida vegetativa, en los animales la vida sensitiva, en los hombres dándoles también la vida racional, y así en mí dándome el ser, la vida, los sentidos y la inteligencia; asimismo habita en mí haciéndome templo, pues yo he sido creado a semejanza e imagen de su divina majestad; otro tanto reflexionando en mi interior, del modo que está dicho en el primer punto o de otro que sintiere ser mejor. De la misma manera se hará sobre cada uno de los puntos siguientes.

**236 El tercero**, considerar cómo Dios trabaja y labora por mí en todas las cosas criadas sobre la faz de la tierra; esto es, se comporta como uno que está trabajando. Así como en los cielos, elementos, plantas, frutos, ganados, etc., dándoles el ser, conservándoles la vida vegetativa y sensitiva, etc. Después, reflexionar en mi interior.

**237 El cuarto**, mirar cómo todos los bienes y dones descienden de arriba, así como mi potencia limitada procede de la suma e infinita de arriba, y así la justicia, bondad, piedad, misericordia, etc., así como del sol descienden los rayos, de la fuente las aguas, etc. Después, acabar reflexionando en mi interior según está dicho. Acabar con un coloquio y un Padrenuestro.

Fuente: Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola  
<https://loyola.global/es/descargas>