



69

**Lluís Ylla
Xavier Melloni
Josep M. Rambla
M. Dolors Oller**

**DE QUÈ PARLEM QUAN
PARLEM D'INTERIORITAT?**

**DE QUÈ PARLEM
QUAN PARLEM D'INTERIORITAT?**

Lluís Ylla
Xavier Melloni, sj.
Josep M. Rambla, sj.
M. Dolors Oller

INTRODUCCIÓ: PEDAGOGIA DE LA INTERIORITAT	3
1. D'ENTRADA UNES PREGUNTES	5
2. EL QUÈ I EL COM DE LA INTERIORITAT	11
3. APROXIMACIÓ IGNASIANA A LA INTERIORITAT	17
4. UNA MOSTRA DEL DIÀLEG FINAL	24
NOTES	28

Lluís Ylla, Fundació Jesuïtes Educació.

Xavier Melloni, sj., Centre d'Espiritualitat Cova de Sant Ignasi.

Josep M. Rambla, sj., Escola Ignasiana d'Espiritualitat (EIDES).

M. Dolors Oller, Centre d'Espiritualitat Cova de Sant Ignasi.

Aquest quadern compta amb la col·laboració de la Direcció General d'Afers Religiosos del Departament de Governació i Relacions Institucionals.



Generalitat de Catalunya
**Departament de Governació
i Relacions Institucionals**

Edita CRISTIANISME I JUSTÍCIA • Roger de Llúria, 13 • 08010 Barcelona

Tel: 93 317 23 38 • info@fespinal.com • www.cristianismeijusticia.net

ISBN: 978-84-9730-310-1 • ISSN: 2014-6531 • ISSN (ed. virtual): 2014-6558

Depòsit Legal: B-4.056-2013 • Imprimeix: Edicions Rondas S.L.

Març 2013

La Fundació Lluís Espinal li comunica que les seves dades estan registrades a un fitxer de nom BDGACIJ, titularitat de la Fundació Lluís Espinal. Només es fan servir per a la gestió del servei que li oferim i per mantenir-lo informat de les nostres activitats. Pot exercir els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició dirigint-se per escrit a c/ Roger de Llúria 13, 08010 Barcelona.

INTRODUCCIÓ: PEDAGOGIA DE LA INTERIORITAT

Aquest quadern és fruit del desig de sinergia entre la Fundació Jesuïtes Educació, EIDES (Cristianisme i Justícia) i la Cova de Sant Ignasi de Manresa. Totes tres institucions van decidir que, cadascuna des de la seva tasca concreta, farien un esforç per oferir conjuntament una atenció especial a l'adolescència i joventut, fomentant en ells el procés de creixement en la fe i la "iniciació" en el camí gens fàcil de la interioritat.

Per això van acordar sumar esforços per:

– *Oferir pedagogies* per a suscitar la interioritat, el silenci, l'autoconeixement... (amb exercicis d'expressió corporal, dansa, relaxació, silenci, reflexió...), de manera que els adolescents experimentin l'alegria de la descoberta del misteri del Transcendent en el propi cor i en el cor de la vida, no passant per alt els trencaments propis i aliens que van descobrint en el seu procés de creixement, sinó encaixant-los.

– *Fomentar l'estudi teòric de la pedagogia de la interioritat* per a adolescents i joves, participant en els fòrums de reflexió sobre el tema, convocant un seminaris d'experts i dedicant una especial atenció a la formació de «pedagogs de la interioritat», una interioritat que, en l'estela d'Ignasi, només serà vàlida si es conjuga amb l'"exterioritat".

I tot plegat vinculat al "lloc sant" de la Cova de Sant Ignasi a Manresa, on Ignasi es va trobar amb el Senyor Jesús, amb la immediatesa d'un «amic que parla amb el seu amic».

Com a previ a aquest projecte, les tres institucions vinculades a la Companyia de Jesús convocaren a la seu de Cristianisme i Justícia una jornada sobre el tema. Aquest quadern recull les tres breus ponències "provocatives" i el diàleg posterior que es va produir, que hem recollit en el darrer apartat.

La sinergia entre les tres institucions ha portat ja a una reformulació del Projecte «Casal Lluís Espinal», del qual es pot trobar una primera informa-

ció a www.casallluisespinal.cat, però que està obert a nous suggeriments i modificacions, ja que ens trobem certament davant una realitat complexa i canviant.

Aquesta proposta és la que us adjuntem a les darreres pàgines d'aquest quadern.

Francesc Riera i Figueras, sj.

President de la Fundació Lluís Espinal (Cristianisme i Justícia)

Director del Centre Internacional d'Espiritualitat Cova de Sant Ignasi

1. D'ENTRADA UNES PREGUNTES

Lluís Ylla

A l'hora de parlar de la interioritat segurament són molt més importants les preguntes que les respostes.

Hem de començar, doncs, amb una actitud d'interpel·lació:

– L'interès modern i postmodern per la interioritat, ¿no participa d'un flux poderós de centrament del jo en si mateix que porta a un jo amb pocs vincles, per més que els humanismes cristians hi vulguem associar sempre l'altre?

– L'interès per la interioritat i les pràctiques associades, no són com una mena de “mentides romàntiques”?

– Què dir dels plantejaments que associen experiència espiritual a activitat emocional i plantegen el treball de la interioritat com un tobogan cap a la fe?

– L'experiència de Déu, pot ser resultat de l'aplicació de tecnologies del jo (interiorització) o de metodologies?

– Si volem tenir cura de la interioritat, ¿no caldria deixar de banda tanta lògica

de l'activitat i la fortalesa, i donar pas a una saviesa de la passivitat i la feblesa?

L'interès pel món interior és un signe dels temps. Avui hi ha moltes iniciatives qualificades que d'una manera autònoma (independent d'institucions, corrents...), s'endinsen en els terrenys de la interioritat. En aquest món divers, les tradicions espirituals, que han estat riques en la cura de la interioritat (entrellaçant-la amb una ètica, una estètica i unes cosmovisions), tenen el repte de dir-hi una paraula pròpia, humil. Una paraula que no és fàcil, perquè el context actual és molt distant d'aquell en què es van originar.

Tenir cura del món interior s'anirà fent més i més urgent, i serà una demanda creixent. Saber-s'hi posar, saber-ho fonamentar, fer que s'integri com un nou progrés, que no acabi com una moda passatgera, és tot un repte.

«El camí més llarg és el camí cap a l'interior», escriví Dag Hammarskjöld, una persona compromesa en el desenvolupament i la pau mundial.

1.1. Estat de la qüestió

Durant anys, per a tenir cura de la vida interior n'hi havia prou amb els ritus socials, les litúrgies, les pregàries o el silenci. El ritme de la vida ho afavoria.

Dins la gran tradició cristiana érem deutors de mestres com Agustí, que en *Les Confessions* s'esplaià en el món interior; com Cassià, que seguint Evagri, a les *Col·lacions* n'havia fet una dissecció precisa, que després fou estesa pel monaquisme benedictí; i així podríem anar seguint amb Eckhart, Kempis, Ignasi de Loiola, Teresa de Jesús, Joan de la Creu, Francesc de Sales, etc.

La vida familiar, d'escola i de poble mantenia petits gestos, ritus religiosos o civils, que invitaven al recolliment, a mirar cap endins. Si més no callàvem, estàvem en silenci o rumiàvem.

El segle xx va ser el segle de l'antropologia i del jo. Teilhard ens va deixar una proposta paradoxal: centrar-se en el jo, descentrar-se en l'altre, sobrecentrar-se en el misteri. Aprenguérem de l'Ortodòxia a compassar la respiració amb la paraula «Jesús». Parlàvem de l'espiritualitat de l'art. A l'Occident va irrompre la psicologia, que obrí la consciència del jo. Del Pròxim Orient ens vingué el sufisme; de l'Orient Llunyà, la saviesa de l'hinduisme, el budisme i tradicions com el ioga, el zen i les arts que impliquen el cos i la ment.

De Ramana Maharshi (+1950) rebérem la pregunta persistent de qui sóc jo. Lanza del Vasto, deixeble de Gandhi, a

Vida interior i no violència (1962), feia una proposta integradora de la vida interior i la pràctica externa. Maslow parlava de les experiències cim amb una mena de jerarquització de les necessitats (1964). Amb Thomas Merton (+1968) es va fer una mica accessible la riquesa interior del monaquisme. John Stevens, a partir de la Gestalt, a *Darse cuenta* (1971), va proposar nombrosos exercicis que alguns anomenarien d'interioritat. Les psicologies del cos (bioenergètica, *focusing*) es van difondre i trobaren molts desenvolupaments. Anthony de Mello, a *Sadhana* (1980), va començar a fer escola en l'Occident cristià.

Més tard comencem a parlar més d'emocions (Goleman, 1996), es difonen moltes intervencions terapèutiques o de desenvolupament que integren el cos, les emocions, la ment... Finalment, l'autoajuda va entrar a les llibreries.

Des de la religió i des d'humanismes diversos, la necessitat de *tenir cura de la vida interior* s'ha anat fent més present en la nostra cultura de la segona meitat del segle xx.

Tanmateix són pocs els que parlen d'interioritat.

1.2. Per què parlar d'interioritat?

Per què inventem paraules? Per què necessitem el substantiu «interioritat»? Té interès usar una paraula nova per a referir-se a alguna cosa de sempre?

La primera vegada que vaig sentir aquesta paraula va ser a Marcel Légaut. *A Interioritat i compromís* (1977) parlava de la importància que el compromís, perquè fos fecund, nasqués de la interioritat. Seguint-ne el fil vaig trobar-la en diversos autors francesos (Teilhard, Mounier,

Levinas, Merleau Ponty), també en alguns de centreeuropeus (Kierkegaard, Husserl, E. Stein) fins a arribar a Hegel, que l'usa amb relació a l'arquitectura. Abans d'aquests autors és difícil trobar-la.

Tot i no existir la paraula, la consciència de la interioritat s'ha desenvolupat al llarg de la història i s'ha anat estenent a partir del llenguatge i de l'art. La interioritat des de l'antiga Grècia (on la identitat està essencialment en l'exterioritat), ha anat esdevenint "interior", a través d'Augustí (que amb les *Confessions* escriví el primer diari íntim de la modernitat), Descartes (que inventa el jo) o de la psicologia del segle XX. Avui la possibilitat de recórrer el món interior és major que en el segle XVI. Però Ignasi de Loiola o Shakespeare recorregueren el seu món interior més que molts contemporanis nostres.

Les metàfores de la interioritat penetren l'obra de Shakespeare lingüísticament, imaginativament i temàticament. Però aquest nom madura probablement en el romanticisme i el pietisme protestant centreeuropeu, que escorcolla en el món dels sentiments i de la vivència religiosa íntima, davant un món catòlic que subratlla més l'adhesió a l'objectivitat de la doctrina.

De la darrerria del segle XX ençà es va difonent aquesta paraula, com un concepte filosòfic, antropològic, associat al jo. A Espanya, des de fa uns quants anys, també se'n parla associant interioritat a exercicis psicocorporals, emocionals més o menys relacionats amb l'espiritualitat. Tanmateix, en altres països, sovint per a referir-se a aquestes pràctiques, es parla d'activitats de presa de consciència, d'espiritualitat (amb un sentit sovint no religiós), i darrerament de *mindfulness*, atenció plena o conscient, concepte nou que

s'està estenent, amb moltes especialitzacions, entre elles el món de l'educació i la religió.

Amb el substantiu 'interioritat' subratllem la importància que la cultura ha donat a la subjectivitat, s'emfatitza una dimensió de la persona que avui considerem molt important: una dimensió antropològica autònoma –no dependent d'ideologies o creences–, constitutiva de la persona. És un concepte que té l'avantatge de ser molt englobant, intuïtiu, poc ideològic, poc tècnic...; i és més ampli que parlar d'emocions, consciència, subjectivitat, ànima o esperit.

A més, per una banda, defensem el jo postmodern desprotegit enfront d'un entorn que l'aclapara, de nombrosos sorolls que el fragmenten i de novetats que amenacen la seva identitat, o enfront d'una racionalitat i un empirisme insuficients. Per l'altra, ens ajuda a concentrar iniciatives per a impulsar un creixement humà més integral i anar a fons en el que un emprèn.

1.3. Concretem: què és la interioritat?

En el document *Ser a l'escola. Pedagogia i interioritat*¹ presentat el 2008 en els seminaris sobre interioritat de la Fundació Jesuïtes Educació², parlàvem d'interioritat atenent als següents ítems:

- És una dimensió antropològica fonamental de la persona en la qual es donen les condicions per a la subjectivitat, l'escolta, el sentiment, la receptivitat, la consciència.
- És allí on es dona el resultat del consell dels clàssics: coneix-te a tu mateix!
- És l'àmbit que acull les diferents accions o moviments no tangibles: sentir,

gustar, imaginar, rumiar, voler, assumir, raonar, recordar... , l'àmbit del «sentir i gustar de les coses internament».

– També el del saber “sapiencial”, on saber i (de)gustar són molt propers (diferent del saber d'estar informat), el de la ciència.

– El món interior és allí on ressona el que rebem del món exterior, és on rumiem, on reflexionem, on processem els impactes que rebem al llarg del dia, on sentim de tant en tant la indisponibilitat radical de nosaltres mateixos.

– És un lloc per al silenci, on hom es posa davant de si mateix sense defenses, amb tanta transparència com és capaç de tenir, on hom elabora el que a través del pensament i dels sentits ens arriba.

– Un lloc per a unificar-nos en un entorn que ens fragmenta.

– També és un lloc on lluitem amb nosaltres mateixos i hi trobem emocions que ens dolent, vivències que aclaparen, records que fereixen, reptes que paralitzen, decisions que exigeixen.

Continuàvem dient: «És l'espai per a sentir la individualitat i la llibertat, sempre fràgil, que ens permet la responsabilitat i el compromís amb nosaltres mateixos i els altres. La interioritat de què parlem no és la d'un intimisme tancat, sinó la que afirma sempre un jo i un tu, un espai en què trobo l'altre, en què acullo la seva vida i el seu misteri... i des del qual surto al seu encontre, o un espai en què m'indigno i reaccio davant la injustícia o l'abús».

Interioritat és aquell espai entre el meu jo actiu i el meu jo profund. Alhora ens referim a una realitat no reduïble a les emo-

cions o a la intel·ligència intrapersonal. És allò que ens passa per dins i allò que se'n revela des de dins.

Més que una *cosa*, substantiva, és un àmbit: integra cos, pensaments, sentiments, sensacions i emocions. Per això sovint és més suggeridor parlar d'espai o de món interior.

1.4. Camins per a descobrir la interioritat i fer-la créixer

Tenir cura del món interior vol dir crear condicions perquè aquest creixi, perquè el cor s'eixampli, perquè els ulls s'obrin, perquè visquem des de més endins, per a anar més a fons, per a gustar i assaborir més la vida, per a ser més persona.

Hi poden ajudar determinades *pràctiques* fruit de la tradició i de les ciències humanes. Hi ha molts itineraris, tots parcials, que poden ajudar a recórrer i eixamplar el món interior. Cadascú ha de trobar el seu. «No tot convé a tothom ni de la mateixa manera» recorda una dita jesuítica.

Podem créixer en el món interior ensenyant a assaborir el silenci; fent bones preguntes i anant a fons en el pensament; educant la mirada que fem als altres, a les coses de cada dia, a l'art; educant la sensibilitat; aprenent a rumiar, a “remugar” la vida o el que llegim o escrivim. En el diàleg i l'escolta o en la delicadesa dels petits detalls. O fent ús de la memòria i de la imaginació, tan pròpies de la pedagogia ignasiana. O en la creació artística.

També ho podem fer aprenent de les grans tradicions religioses, de l'Ortodòxia cristiana o de l'Orient, que ens han parlat –més del que estàvem acostumats a Occident– del cos, de la respiració, de l'a-

tenció i de la concentració. O també aprenent del que la psicologia moderna ens ha fet proper: la presa de consciència d'un mateix, de les sensacions, del cos en moviment —expressió corporal, dansa—, el treball de les emocions i de les relacions. Aprenent del *mindfulness* i del que les neurociències ens aporten per a potenciar determinades pràctiques que afavoreixen la consciència amb la qual vivim. O recorrent a l'ajut dels especialistes de la psicologia i del creixement personal.

Per a una persona que s'ha adherit a una religió, una bona litúrgia, la meditació silenciosa i la lectura dels textos sagrats són un àmbit natural de desenvolupament de la dimensió interior.

Considero, però, que un camí privilegiat per a ajudar a créixer la interioritat és afavorir el fet d'aturar-se a contemplar els gestos de grandesa humana (d'amor/generositat, de llibertat, de noblesa, de "dir veritat", de perdó, de bellesa...), o davant els drames de dolor, de mort i d'injustícia, o davant la nostra pobresa extrema que a vegades la vida ens posa al davant. D'aquesta interioritat en podrà néixer la joia, la pau, la bondat, la compassió, l'agraïment, la indignació i el compromís.

1.5. Interioritat i espiritualitat

Des de sempre l'espiritualitat ha considerat el món interior amb relació a la pràctica religiosa. L'espiritualitat proposa una cosmovisió, una ètica, uns processos i, tot desenvolupant-se, exercita la interioritat. No és pensable una espiritualitat sense interioritat. Interioritat i espiritualitat, per a un creient, van estretament unides. Però per a un no creient poden correspondre a àmbits diferents. En una societat secula-

ritzada, la interioritat es presenta com una dimensió autònoma, que té valor per si mateixa, i que acabarà desenvolupant-se, o no, en una espiritualitat laica o religiosa.

La interioritat és un àmbit que, en la mesura que es posa en moviment, pren una direcció, es torna espiritualitat. Quan en la cura de la dimensió interior hi sumem un sentit (ètic, estètic, noètic), la cura de la interioritat esdevé espiritualitat.

En el començament dels Exercicis Espirituals d'Ignasi de Loiola [1^a anotació] trobo una possible clau per a distingir interioritat d'espiritualitat. El treball de la interioritat és:

«Qualsevol manera d'examinar la consciència, de meditar, de contemplar [...] i altres operacions espirituals [...] qualsevol forma de preparar i disposar l'ànima per a treure de si totes les afeccions desordenades.» [EE 1]

Un creient, un no creient, un estoic o un cercador de saviesa poden estar-hi interessats. Estem en el terreny de les "tecnologies del jo". Que en aquest procés hom pregui vocalment i mental, i ho faci no solament per cercar saviesa sinó:

«Per a buscar i trobar la voluntat divina en la disposició de la pròpia vida per a la salut de l'ànima, es diuen exercicis espirituals.» [EE 1]

ens trasllada de les tecnologies del jo a l'espai de l'espiritualitat, de la fe i de la gràcia.

Hi ha un espai per a cadascuna d'aquestes dues paraules. Hauríem de resseguir l'esforç apassionat de teorització de l'experiència espiritual iniciat el segle XVII, prosseguir-lo amb l'estudi del que aporten les grans tradicions que han re-

corregut aquests camins, per, des d'elles, entrar en contacte amb el que aporta la psicologia d'avui i les noves ciències del cos i la ment. També hauríem d'aprofundir en la interioritat i espiritualitat de l'Ortodoxia cristiana, més comunitàries i estètiques, amb un èmfasi diferent en el jo.

Els límits entre la cura de la interioritat i l'espiritualitat són difusos. Un exercici de *hatha-ioga* pot ser pregària per a un creient; l'observació d'un quadre pot ser una profunda experiència espiritual per a un artista; la lectura de poesia pot ser una manera de meditar; l'acció de compromís social pot ser una experiència d'unitat amb l'altre dins o fora d'una espiritualitat.

Deia Eckhart: «Déu és el fons del fons»; la cura de la interioritat ajuda a anar cap al fons del propi fons de si mateix. La interioritat és lloc de trobada amb Déu (o el lloc on ressona la trobada amb Déu present en el món). I des de la perspectiva cristiana, quan des del fons del fons mirem Jesús a la creu –antropologia escandalosa– és quan se'ns revela la nostra profunda interioritat.

1.6. Què ens aporta tenir cura de la interioritat?

Acabo tornant a Marcel Légaut. Amb la cura de la interioritat, deia ell, estem posant condicions per a la llibertat, per a esdevenir persones. La interioritat és con-

dicció per a ser persona, per a avançar en la nostra pròpia humanització, vers una vida plena. Una persona amb poc conreu de la interioritat, desenvolupa poc la seva personalització. Treballar la interioritat és habitar el propi espai interior, habitar en si mateix, o sigui, el contrari d'estar fora de si mateix. Hem intuït que tenir cura explícita de la interioritat està relacionat amb el desenvolupament sa de les persones, amb ser nosaltres mateixos i amb la "felicitat".

La cura de la interioritat ens interessa en diversos contextos: en la vida privada, en la família, en les organitzacions, en les institucions dedicades al desenvolupament humà, la transmissió de valors, els serveis socials, etc. A les institucions amb objectius espirituals, i d'una manera especial a l'educació, perquè és on es configura la personalitat de moltes persones.

A l'escola, integrar la cura de la dimensió interior, especialment a través de la paraula (perquè l'escola és obrador de la paraula), és urgent. Aquesta cura s'ha de fer, partint de la vivència, adreçada als alumnes i als educadors, i s'ha d'incorporar en el projecte educatiu, en la vida de cada dia (en l'estil de com fem el que ja fem, en la manera d'ensenyar, amb petites pràctiques d'atenció: silenci, psicocorporals, estètiques, etc.) i en moments especials que ajudin a ser-ne més conscients.

2. EL QUÈ I EL COM DE LA INTERIORITAT

Xavier Melloni, sj.

Amb la paraula 'interioritat', en els darrers anys es vol assenyalar aquella dimensió insubstituïble i irreductible de l'ésser humà que totes les civilitzacions han conreat durant mil·lennis, fonamentalment dins l'àmbit de la religió, i que la nostra cultura, després d'esbandir-la, està redescobrint ençà o enllà del marc de les tradicions religioses.

Aquesta és precisament la novetat del nostre temps: la redescoberta d'aquest «espai interior del món» en paraules de Rilke, impossible d'agafar, sempre disponible en la seva inaccessibilitat, que està abans i després del llenguatge amb què el podem identificar.

En gran part, la crisi religiosa és una crisi de llenguatge. No es posa en qüestió tant el que diuen sinó com ho diuen. Què volen dir les religions? Cap a on apunten? Vers aquesta dimensió intangible i transcendent, no tan sols de l'ésser humà, sinó de la realitat mateixa. Aquesta dimensió última, en les religions teistes s'ha personificat, mentre que en les religions orientals roman impersonificada. Això explica, en part, l'acceptació que aquestes tenen en la nostra societat secularitzada.

2.1. Un nou paradigma

Després de dècades de rebuig d'un espai sagrat saturat de paraules i d'interpretacions, es percep en els nostres contemporanis la set d'aquesta dimensió. Si bé havia estat denunciada pels Mestres de la Sospita com un escapisme de la condició humana i com una alienació del compromís amb la realitat, els esdeveniments socials i polítics del segle xx ens han mostrat que, quan aquesta dimensió es nega, sorgeix una societat sense ànima i unidimensional.

Parlar *d'interioritat* no suposa fer un pas enrere, més o menys nostàlgic, sinó un pas endavant. En quin sentit? Aquesta recuperació del sagrat o de la dimensió espiritual no comporta l'absolutització d'un

llenguatge determinat que ens doni seguretat o poder, sinó la capacitat de comprendre tots els llenguatges que apunten vers aquesta espaiositat. Ens desposseeix, alhora que ens obre. En aquest sentit, cada cop és més clara la distinció entre religió i espiritualitat. Les religions són marcs interpretatius –més o menys institucionals– que custodien una determinada experiència del sagrat; l'espiritualitat és aquesta experiència. Des dels marcs religiosos tradicionals es qüestiona o se sospita d'una espiritualitat (o interioritat) sense religió, mentre que des de molts àmbits de la cultura secularitzada se cerca aquesta dimensió al marge del que consideren presons o arqueologia.

Tanmateix no utilitzarem el terme 'espiritualitat' per dues raons: perquè pot contenir un dualisme implícit, separant l'espiritualitat del cos d'altres àmbits de la persona, i perquè té una connotació més religiosa, la qual la fa menys apta per a dialogar amb la cultura secularitzada. En el món anglosaxó, influït pel budisme, el terme que més s'utilitza és *mindfulness*, que podem traduir per «plenitud de consciència».

'Interioritat' intenta ser una paraula oberta, tan neutra com és possible per no connotar-la de parcialitats, de cap interpretació que exclogui ningú, sinó que susciți el reconeixement d'allò que cadascú ha d'indagar, ja que està en joc la qualitat de cada existència i la manera d'estar en el món.

Entenem per interioritat allò sense el qual l'ésser humà és amputat en la seva dimensió més fonda. És allò que ens fa conscients d'estar travessats d'infinít. Allò que, quan ho descuidem, ens animalitzem, perquè ens deixem portar pels ins-

tints sense cap contenció, o ens mecanitzem, convertint-nos en autòmats de l'acció.

Ara bé, aquest «retorn del sagrat» també s'ha de discernir, perquè tot és susceptible de degradar-se i de tot tenim la temptació d'apropriar-nos. Amb l'eslògan de la interioritat també podríem caure en nous dogmatismes, demonitzacions o exclusions. Per això ens cal estar ben atents al nou espai que s'obre, alhora que necessitem el llegat de saviesa que ens precedeix –en el nostre cas, la tradició ignasiana– per a discernir els signes. La polaritat bàsica està en si fomenta el descentrament –lloança (expansió), reverència (recolliment), servei (lliurament) [EE 23]– o l'autocentrament.

2.2. Els diversos àmbits de la interioritat

La interioritat obre uns espais que permeten la manifestació de més realitat. Hi ha molt més del que veiem, sentim, pensem o creiem. La vida té moltes capes de profunditat i hi accedim en la mesura que avancem en aquesta profunditat.

2.2.1. La profunditat de les coses

La cura de la interioritat permet un altre accés al que ens envolta. En lloc d'una mirada depredadora, ens ensenya a relacionar-nos amb l'entorn de manera més gratuïta. Es tracta de transformar la *mirada-fletxa* en *mirada-copa*: passar de conquerir a rebre; d'exigir, a acollir. La paradoxa de la nostra societat és que no havíem tingut mai tantes coses i no havíem estat mai tan insatsfets. La interioritat obre una distància entre el desig i la satis-

facció, la qual cosa permet passar del consum compulsiu al gaudi serè i agraït de cada moment. Aquí la màxima ignasiana, lleugerament parafrasejada, pren tot el seu sentit: «No sacia i satisfà l'ànima consumir molt, sinó sentir i gustar internament cada cosa» [cf EE 2]. En paraules del cantautor argentí Facundo Cabral, tristament assassinat, «tenir menys per a tenir-se més». Aquest *tenir-se més* possibilita una altra qualitat dels sentits; desperta una dimensió més contemplativa que alhora ens fa menys compulsius i més austers, perquè quantitat i qualitat del gaudi són inversament proporcionals.

2.2.2. *La relació amb les persones*

La interioritat també obre un espai en les relacions humanes, de manera que permet el respecte de la radical alteritat. Sense aquesta contenció, l'altre es confon amb les pròpies projeccions. El conreu de la interioritat possibilita que l'altre sigui reconegut en el seu misteri irreductible sense que el fagociti. Aquesta distància no és llunyania, sinó espai que, en ser recorregut, permet descobrir i venerar el rostre de l'altre i copsar amb més finor i delicadesa els seus matisos, les seves necessitats, la validesa dels seus punts de vista, encara que contradiguin els propis. Al mateix temps, permet adonar-se de les pròpies reaccions. «Coneix-te a tu mateix», deia ja el frontispici del temple de Delfos. El treball interior ajuda a prendre consciència de les pròpies necessitats, desitjos, anhels i projeccions que deformen la percepció dels qui ens envolten. Aquesta atenció sobre un mateix permet que el propi contorn clarifiqui el contorn de la individuació aliena, la qual cosa saneja les

relacions. Copsem la profunditat dels altres en proporció de la nostra profunditat.

2.2.3. *Davant les situacions*

El conreu de la interioritat afecta també la nostra manera d'estar en el món. Davant les diverses situacions, permet discernir-les no des de l'autocentrament, sinó des d'un horitzó més ampli. La visió del Regne que tenia Jesús naixia de la seva capacitat contemplativa. Les seves alternances entre les poblacions de Galilea i el temps de recolliment (al desert, al Tabor, a la vora del llac) li permetien aquesta circularitat entre acció i contemplació indispensables per a la lucidesa davant el compromís social i polític. Perquè la interioritat no s'oposa a l'exterioritat, sinó a la superficialitat. L'exterioritat, en canvi, és el seu complement indispensable, el seu camp de verificació, el criteri de verificació i d'autenticació per a la seva credibilitat. En la mesura que la interioritat allibera de les exigències egocèntriques, possibilita maneres més lliures i alliberadores d'estar en el món. El treball sobre la interioritat té conseqüències directes sobre la solidaritat i la justícia, en tant que desactiva les pulsions depredadores que ens llancen els uns sobre els altres i ens enceguen.

2.2.4. *Davant les idees*

Les idees que provenen de les nostres reaccions immediates són diferents d'aquelles que rebem en estat de quietud i de distanciament. La interioritat ens permet adonar-nos que abans de violentar el món per adaptar-lo a la nostra visió, en formem part. Més enllà de l'estratègia egocentrada de la supervivència o de

l'ambició, descobrim que formem part d'una totalitat més gran en la qual s'inscriu la nostra aportació. La raó interioritzada descobreix que hi ha altres dimensions cognitives i aprèn a posar en relació allò que abans li semblava contradictori o absurd perquè entrava en competició amb la pròpia construcció.

2.2.5. *Davant les creences*

També les nostres creences estan saturades de projeccions. Ben sovint són les extensions sublimades dels nostres anhels o frustracions. La mateixa pregària de petició necessita obrir-se a un horitzó més ampli.

El conreu de la interioritat em permet adonar-me que la forma que l'Absolut pren per a mi o per al meu grup no és l'única possible. La interioritat ens fa possible alleugerir de saturacions les nostres imatges de Déu i obrir-nos a les expressions religioses dels altres en la mesura que albirem la profunditat d'on neixen. Els ídols es tornen icones i la competitivitat per l'espai sagrat esdevé oportunitat per a compartir les indagacions del Misteri en el silenci que antecedeix la paraula.

2.3. El com de la interioritat

Fins aquí hem descrit els diversos àmbits de la interioritat. Ara ens cal abordar com conrear-la, com nodrir-la i fer-la créixer. En el passat hi havia un entorn religiós que proporcionava els ritmes, el marc espacial i el marc simbòlic que facilitaven la vida espiritual. El que és propi de la nostra època és la fragmentació de la matriu religiosa, amb la qual cosa, cada persona i cada

comunitat ha de trobar les seves condicions per a fer-la possible. Perquè la interioritat necessita un temps, un espai i uns suports (corporeïtat, paraules, textos, imatges i gestos) per a créixer.

2.3.1. *Un temps*

Les coses més importants per a la supervivència són de ritme diari. Cada dia necessitem menjar, beure, dormir i tenir cura de la higiene. El mateix passa amb la interioritat. Si volem ser uns éssers desvetllats, ens cal una pràctica constant al començament i al final del dia. Però cal considerar també altres ritmes: el setmanal, mensual, anyal i el que ve donat en el trànsit de les grans etapes de la vida, allò que en les societats antigues es coneixia com a *ritus de passatge*.

En la nostra societat secularitzada hi ha reminiscències del *sabbath* jueu i del diumenge cristià en l'èxode dels caps de setmana cap a la natura. D'altra banda, el cicle litúrgic vinculat a les estacions pot continuar sent de gran ajuda. La manca de marcs establerts fa que calgui descobrir com combinar els temps personals amb els comunitaris.

Hi ha dos períodes en els quals la interioritat ha de ser conreada particularment: a l'inici i al final de la vida, a la infantesa i a l'ancianitat.

Urgeix que s'introdueixi un temps diari de silenci a les escoles, si pogués ser a l'inici i també al final de cada dia, des de primària a batxillerat, de manera que les noves generacions puguin incorporar el gust i l'hàbit del silenci i els acompanyi per sempre més. Aquest és un dels aprenentatges més valuosos que poden rebre, ja que sosté tots els altres des de l'arrel.

L'altre repte que té la nostra societat és donar sentit a la passivitat de la tercera i quarta edat, i preparar per al gran pasatge d'allò que anomenem «mort», un canvi de nivell d'existència per al qual és fonamental haver-se exercitat en la interioritat. Però això no s'improvisa: cal haver-se preparat molt abans.

2.3.2. *Un espai*

Si bé també els espais per a la interioritat venien donats abans pel marc de la cristiandat, avui s'han de recrear. El primer espai sagrat que cal descobrir és el nostre cos, que és la primera arquitectura sagrada que habitem. Ens cal l'aprenentatge de la postura de meditació, la recuperació de gestos significatius, etc. El segon espai és el que hem de crear a casa, en correlació amb el ritme diari de silenci. Serà propi de la ciutat i societat futures la incorporació arquitectònica d'aquest espai a totes les llars, tal com avui són inconcebibles les cases sense menjador, cuina, sala d'estar, bany o dormitori.

També aquí cal discernir i tenir en compte la complementarietat entre els espais privats i els comunitaris. Les religions sempre han estat generadores de comunitat. En la nova situació caldrà trobar espais comuns regeneradors per als quals caldran noves arquitectures i nous temples.

2.3.3. *Suports*

A diferència dels recursos estables i únics d'imatges, símbols, textos i ritus que ens han acompanyat durant segles, avui els hem de saber triar personalment i com a grup. El llegat d'escriptures, mètodes i camins disponibles és immens. Aquest és un dels reptes més grans que té el nostre

temps. Tenim l'oportunitat d'escollir cadascú els marcs simbòlics i els suports que més l'ajudin, però també correm el perill de la dispersió i de l'autocomplaença. No és fàcil discernir quan convé resistir la dificultat i travessar-la, i quan convé canviar de vehicle sense canviar la direcció. La manca de marcs exteriors fa més necessària la figura dels mestres. I aquests no abunden. El mestre és qui ajuda a avançar cap a regions més descentrades, identificant les temptacions i les detencions en el camí, assenyalant amb cura quin és el pas següent per a donar a llum el més noble i més pur de cadascú.

2.4. Un itinerari

Tots els camins espirituals condueixen vers el mateix horitzó: el lliurament del jo a un Tot major, tant si es concep personalitzat com si no. El lliurament és el mateix. Aquest progressiu descentrament del jo és el que testifica que el treball de la interioritat és veritable. Res més lluny que fomentar l'autocomplaença. Cal recórrer els difícils trànsits de les nits fosques i sortir-ne transfigurats sense retrocedir.

De fet hi ha una progressió universal que en la tradició medieval s'identificava amb les vies purgativa, il·luminativa i unificativa. Amb altres noms ho trobem en les estacions (*maqam*) del camí sufí; en els deu quadres zen del bover, així com en el recorregut mateix de les quatre Setmanes dels Exercicis ignasians. Pot ser que la forma de les muntanyes canviï, però la neu cau a les mateixes cotes. Tots els camins es dirigeixen vers aquesta neu immaculada.

Aquests itineraris poden estar dins els marcs religiosos o en els seus marges. Es pot practicar el ioga i el zen sense partici-

par de la cosmovisió hindú i budista, tot i que aquestes són qüestions que encara estan per dilucidar i ho estaran en les pròximes dècades, perquè és molt certa la dita llatina: *lex orandi, lex credendi*, «segons pregues, així creus», és a dir, les nostres creences estan configurades per la manera de pregar.

2.5. Vers un estat d'existència unificat

La interioritat indica el silenci que hi ha al darrere de les paraules i dels actes. Es produeix un recorregut incessant que va del silenci a la paraula i de la paraula a l'acte; alhora es mou també en direcció inversa: de l'acte a la paraula i de la paraula al silenci. El silenci és la suspensió de la immediatesa que atorga a l'acte i a la paraula una altra dimensió que va més enllà de l'autoreferència del jo i de la urgència de la immediatesa.

La interioritat no és una fugida, sinó prendre distància de la immediatesa per guanyar en llibertat i lucidesa. La interioritat té profunditats successives que s'obren a mesura que el jo s'entrega. Quan creix la interioritat també es revela la pro-

funditat de l'exterioritat. Són correlatives, perquè no veiem la realitat tal com és sinó tal com som.

Aquesta forma unificada de viure en el món, en certs àmbits s'identifica amb l'estat de no-dualitat. En llenguatge ignasià es tracta d'arribar a ser contemplatius en l'acció, viure totes les situacions des de la percepció de la Presència que tot ho sosté i que tot ho convoca. En paraules de Teilhard de Chardin:

«Aquesta Llar, aquesta Font són pertot arreu. Perquè Ell és infinitament profund i multiforme. És infinitament pròxim i estès pertot [...]. El Medi Diví, per immens que sigui, és en realitat un Centre. I gaudeix de les propietats d'un centre [...]. En el Medi Diví tots els elements de l'Univers es toquen per allò que tenen de més interior i de més definitiu. A poc a poc [...] hi concentren el que posseeixen de més pur i de més atraient.»³

Possibilitar l'obertura d'aquesta diafania és el que la nostra generació anhela. Les tradicions poden contribuir al treball sobre la interioritat aportant el millor que ha estat dipositat en cadascú.

3. APROXIMACIÓ IGNASIANA A LA INTERIORITAT

Josep M. Rambla, sj.

En començar, vull evitar el risc de caure en l'anacronisme de pensar que Ignasi responia a preguntes que ens fem avui, i més encara el risc d'una mena de *capitalització* ignasiana sostenint que sant Ignasi ja havia previst el que nosaltres avui diem sobre la interioritat. Tanmateix sembla que hi ha una certa afinitat entre el carisma ignasià i moltes de les coses que avui ens interessen en el camp de la interioritat, com mostra el fet que persones molt ignasianes hi han fet aportacions interessants, sense deixar l'ignasianisme o fins i tot accentuant-lo (A. De Mello⁴, Franz Jalics, Mariano Ballester, etc.).

3.1. La interioritat com a condició prèvia

A més –una altra observació preliminar–, sempre he pensat que en l'experiència més pròpiament espiritual hi ha una sèrie de condicions prèvies que pertanyen al camp de l'educació personal humana. Per exemple, es fa difícil iniciar una experiència espiritual sense cap mena d'educació del silenci, sense un cert coneixement pràctic de la gratuïtat, sense la capacitat d'entrar dins de si mateix, etc. Intentar una experiència espiritual amb aquestes mancances és una mena d'ange-

lisme, com si Déu entrés en la nostra vida per una porta falsa... Sant Ignasi pressuposa, en part, aquesta formació personal, i també l'ofereix, però ho fa en la mateixa mistagògia d'una manera molt gradual. Pensem en l'acompanyament que va fer durant anys a Pere Favre, abans de donar-li els Exercicis, o en el que proposa en l'anotació 18a dels Exercicis o en la Part VII de les Constitucions sobre la manera adaptada de donar els Exercicis:

«Els Exercicis Espirituals sencers no s'han de donar sinó a uns pocs, aquells que del seu aprofitament se n'espera

un fruit notable a la glòria de Déu. Però els de primera setmana poden estendre's a molts, i alguns exàmens de consciència i els modes d'orar, especialment el primer que es toca en els Exercicis, encara s'estendran molt més; perquè qualsevol amb una mínima voluntat serà capaç de fer-los.» [Const. 649]

Efectivament, l'examen de consciència i els modes d'orar que Ignasi proposa en els Exercicis Espirituals són pràctiques molt senzilles de vida interior a l'abast de moltes persones.

Dit això passem a fer una anàlisi de l'aportació ignasiana a la comprensió i a la pedagogia de la interioritat.

3.2. Anàlisi terminològica

Hi ha una sèrie de termes característics d'Ignasi que entren dins la constel·lació del vocabulari propi de la interioritat. Em ceneixo a analitzar-ne només tres.

3.2.1. Interior

a) Es tracta del que és *interior a la persona*, però amb un grau notable de profunditat. És el centre de la persona i allò que hi està relacionat, l'esperit. Per altra banda, “exterior” i també “extern”, a vegades, són correlatius d'aquest sentit d’“interior”. Vegem aquest text cabdal:

«De part nostra més que cap constitució externa, la interior llei de la caritat i l'amor que l'Esperit Sant escriu i imprimeix en els cors...» [Const. 134]

La llei de l'Esperit és interior en la mesura que l'Esperit actua en l'interior de les persones, en el seu esperit.

b) «Interior» pot tenir una significació de lucidesa i de profunditat, mentre que «obres exteriors» signifiquen obres fetes amb bona voluntat i generositat, però amb poca lucidesa i maduresa espiritual. Això és el que el pelegrí experimentava camí de Montserrat:

«Aquesta ànima que encara era cega... i no considerava cap cosa *interior*... sinó que tota la seva intenció era de fer aquestes coses grans *exteriors*, perquè els sants les havien fetes per a glòria de Déu, i no mirava cap altra circumstància més particular.» [Auto. 14]

c) Les activitats interiors es contraposen a les exteriors:

«Aquells interiors... aquests exteriors.» [Const. 813]

«Coses espirituals o exteriors.» [Const. 253]

d) Les virtuts i disposicions espirituals (humilitat, intenció recta, etc.) són cosa interior i, per tant, la vida interior equival sovint a «vida espiritual». Així, el pelegrí anant cap a Montserrat se sentia molt generós, però, en canvi, gens experimentat en la vida espiritual, com mostra l'episodi del debat amb el moro que el sant narra tot seguit:

«I no considerava cap cosa interior, ni sabia què era humilitat, ni caritat, ni paciència, ni discreció per a ordenar i mesurar aquestes virtuts.» [Auto. 14]

I, parlant de com s'ha de conservar i créixer la Companyia, les Constitucions precisen la importància cabdal d'una sèrie d'actituds i virtuts que són coses interiors:

«Els mitjans que uneixen l'instrument amb Déu i el disposen perquè sigui

ben orientat per la seva divina mà són més eficaços que els que el disposen per als homes, com són els mitjans de bondat i virtut, i especialment la caritat i pura intenció del diví servei i familiaritat amb Déu nostre Senyor en exercicis espirituals de devoció i el zel sincer de les ànimes per a la glòria de qui les creà i redimí, sense cap altre interès. I així sembla que a una mà ha de procurar-se que tots els de la Companyia es donin a les virtuts sòlides i perfectes i a les coses espirituals, i se'n faci més cas que no pas de les lletres i d'altres dons naturals i humans. Perquè aquells *interiors...*» [Const. 813]

O sigui que tot aquell conjunt d'activitats, actituds i virtuts constitueixen «aquells [dons] interiors». Per tant, segons aquesta significació, «exterior» és el contrari, en el sentit de dons naturals i humans. Aleshores, una cosa «interior», segons la significació pròpia i corrent del terme (pensar, teologia, creació literària o artística, etc.) és «exterior».

e) Hi ha interrelació entre «interior» i «exterior». L'exterior pot ser la manifestació de l'interior. Per exemple, la penitència «externa» que és fruit de la «interna» [EE 82]. L'exterior també pot ser d'alguna manera dependent de l'interior perquè en rep una qualitat especial:

«Aquells interiors són els que han de donar eficàcia a aquests exteriors.» [Const. 813]

3.2.2. *Espiritual*

El terme «espiritual» es correspon bastant amb «interior»; amb tot, vegem alguns matisos.

a) «Espiritual» sembla tenir una qualitat de profunditat i de transcendència especial equivalent a «ser mogut per l'Esperit». Abunden en el llenguatge ignasià, sobretot en els Exercicis Espirituals i en el Diari Espiritual, expressions com «mocions espirituals», «intel·ligències espirituals», «consolacions espirituals», «desolacions espirituals».

b) La paraula 'espiritual' també expressa les activitats o exercicis interiors, com ara l'oració o l'examen. Ignasi parla de la «familiaritat amb Déu nostre Senyor en exercicis espirituals de devoció», «es donin a les virtuts sòlides i perfectes i a les coses espirituals» [Const. 813]. Aquesta accepció coincideix de fet amb «interior», ja que es contraposa a activitats exteriors, com figura en aquesta orientació per a la formació espiritual dels novicis:

«Tots generalment en sanitat tinguin en què entendre en coses espirituals o exteriors.» (Const. 253).

c) «Espiritual» qualifica la vida espiritual, la qual a vegades és formulada ben explícitament: «en quan ajudi i aprofiti a la vida espiritual» [Const. 101]. Però a vegades consta de manera menys explícita, per exemple, per a indicar que el pelegrí encara no estava avesat a la vida espiritual, és a dir, en «coses interiors espirituals» [Aut. 20]. En els Exercicis ens trobem amb aquesta expressió per a significar la vida espiritual: «totes les coses espirituals» [EE 189,10].

d) A vegades estan units «espiritual» i «interior», i els dos termes es reforcen recíprocament: «coses interiors espirituals» [Aut. 20]; «internes nocions espirituals» [DE 61].

3.2.3. Intern

a) L'adjectiu «intern» coincideix en part amb «interior» en el seu sentit més elemental (3.2.1.a).

b) Però «intern» sovint també coincideix amb el sentit més profund d'«espiritual» (3.2.2.b): «les coses internes» [EE 44,5]; «pena interna» [EE 203,1]; «internes notícies» [EE 213, 2]; «alegria interna» [EE 316,4]; «molt interna i suau devoció» [DE 120,1]; «mocions internes» [DE 149,2]...

c) A vegades, segons la ben fonamentada opinió de Parmananda Divarkar, té una connotació de relació personal amb Déu, quan es tracta del «coneixement intern dels meus pecats» [EE 63,2], «coneixement intern del Senyor» [EE 104], «coneixement intern de tant bé rebut» [EE 233].⁵

3.2.4. Breu síntesi

De les dades precedents es poden treure les següents conclusions sobre la manera com Ignasi entenia la interioritat.

a) Sovint la interioritat fa referència a allò més profund de la persona, el cor: «sentir i assaborir les coses internament» [EE 2,4]; «es coneixen més interiorment els pecats» [EE 44,5]; «intern coneixement dels meus pecats» [EE 63,2]; «intern sentiment de la pena que pateixen els condemnats» [EE 65,4]; «coneixement intern del Senyor» [EE 104]; «pena interna de tanta pena que Crist passà per mi» [EE 203]; «coneixement intern de tant bé rebut» [EE 233]; «moció interior», [EE 316,1]; «que sentim internament que no és cosa nostra d'aconseguir o conservar devoció crescuda...» [EE 322,3]. I «coses

internes» s'identifiquen amb els «exercicis espirituals» [EE 44,5], amb l'experiència espiritual. No és estrany que les primeres reflexions teològiques sobre els Exercicis giressin al voltant de la *theologia cordis*.

b) La interioritat té una riquesa immensa de dimensions, implica tot l'ésser, el conjunt d'actituds que humanitzen la persona i el cristià. La interioritat no és exclusivament el món interior, ja que les virtuts i les pràctiques externes espirituals són interiors: bondat, caritat, intenció recta, gratuïtat [cf. Const. 813], cura de la manera de relacionar-se, humilitat, pau interior i exterior, maduresa en la manera d'expressar-se [cf. Const. 250].

c) La interioritat és oberta a l'exterior i és dinàmica, com mostra el sentit de «coneixement intern». Parlar d'interioritat és parlar de relació amb Algú, és trobar-se amb una Presència. Perquè en Ignasi la interioritat té un horitzó creient, de fe, no és simplement un exercici ascètic o psicològic. En aquest sentit, la interioritat s'aproximaria a la manera com l'entén Ramon Llull: la disponibilitat total a viure enamorat, a viure definitivament seduït.

d) Hi ha una unitat entre l'interior-intern i l'extern-externor. Ignasi no fa cap divorci entre l'interior i l'externor. L'externor pot ser l'expressió de l'interior, com ara la penitència «externa», que «és fruit de la primera [la interna]» [EE 82,3]. S'ha de fer atenció a la sensibilitat per ordenar-la a la raó, com també «les coses inferiors» (sensibles i exteriors) s'han de subordinar a les superiors (espirituals i interiors) [EE 87,2]. I cal «lloar... penitències, no solament internes sinó àdhuc externes» [EE 359].

e) La interioritat té una certa preeminència respecte de les coses externes i corporals, perquè pertany a les coses superiors, a les quals s'han de subjectar les altres [EE 87,2]. La interioritat, a més, dona força o qualitat a les coses externes, i per això la interioritat, entesa amb l'amplitud que hem dit al punt b), s'ha de conrear especialment:

«Se'n tingui [de les coses espirituals] més cura... perquè aquells interiors són els que han de donar eficàcia a aquests exteriors.» [Const. 813]

f) Gràcies a aquesta subordinació, les coses exteriors, simplement humanes, poden esdevenir espirituals, i particularment els mateixos ministeris al servei del proïsme poden ser «espirituals», en la mesura que estan animats per l'element espiritual. Ignasi diu a un jesuïta preocupat perquè viu massa distret en coses administratives materials:

«Del càrrec de les coses temporals, encara que sembli i sigui causa de distracció no dubto que la vostra santa intenció i direcció de tot allò que tracteu a la glòria divina ho faci espiritual i molt grat a la seva bondat infinita, ja que les distraccions preses pel seu més gran servei, i conforme a la divina voluntat seva, interpretada per l'obediència, no solament puguin ser equivalents a la unió i recol·lecció de l'assídua contemplació, sinó encara més volgudes si es pot, com a procedents de la més violenta i forta caritat.»⁶

g) Tot i que la interioritat és la que dona força a l'exterior, a la vegada en depèn. No podem parlar de la interioritat deixant al marge l'exterioritat... Una *addició* dels Exercicis Espirituals diu que la posició

corporal s'ha de mantenir o canviar en funció de l'experiència espiritual que s'està produint:

«Si trobo el que vull agenollat, no passaré endavant, i si prostrat, igualment, etc.» [EE 76,2]

Ignasi parla de «guardar amb molta cura les portes dels sentits...» [Const. 250], perquè a través dels sentits corporals sortim cap enfora des de l'interior i l'exterior ens entra a l'interior... Les *addicions* [EE 73-90], en general, són orientacions que en bona part fan referència a l'exterior (mirada, paraula, gest corporal, relació amb el lloc i la temperatura, etc.) amb vista a una experiència profundament interior, per bé que *holística*. Per a una experiència espiritual superior com és la del Ressuscitat, cal tenir en compte aspectes ben exteriors, com la claror, la frescor, etc. [EE 229, 4]. I, quan a les Constitucions es parla de la guarda de les «portes dels sentits», es relaciona aquesta disposició amb la pau, el silenci, la humilitat, la modèstia, la maduresa, la paciència, el respecte. Més encara, la penitència externa pot ser una mena de súplica corporal per a obtenir alguna gràcia interior (compunció, llàgrimes per la passió del Crist, llum interior) [EE 87,3-4]. Fins i tot el mateix menjar esdevé el lloc d'experiència espiritual, perquè traient del convenient en el menjar i beure hom «moltes vegades sentirà més les internes notícies, consolacions i divines inspiracions...» [EE 213,2].

h) La pedagogia de la Companyia va començar inspirant-se en els Exercicis Espirituals⁷ i, per tant, moltes coses que Ignasi proposa com a mistagògia en els Exercicis tenen valor per a una pedagogia

humana de la interioritat. Concretament, en referència a la interioritat, es pot dir que el nucli del paradigma pedagògic ignasià és una profunda iniciació a la interioritat humana: 1) *experiència*, que és un exercici ben orientat i motivat personalment; 2) *reflexió*, que és un discerniment d'allò que s'ha experimentat; 3) *acció*, que és un compromís madurat i realitzat amb un cert grau de consciència en la mateixa realització.

3.3. Mistagògia

3.3.1. *Apartar-se per unificar-se*

Sant Ignasi parla poc de silenci en els Exercicis, només una vegada quan explica la manera suau d'entrar Déu en l'ànima [EE 335,6]. En canvi dóna molta importància al centrament de la persona i a la unificació interior. Aquest és el sentit de la 20a anotació [EE 20]:

«Estant així apartat, no tenint l'entèniment dividit en moltes coses, ans posant tot el compte en una de sola –a saber, a servir el seu Creador i aprofitar a la seva pròpia ànima–, usa de les seves potències naturals més lliurament per a buscar amb diligència el que tant desitja.»

Apartar-se físicament ajuda molt, però la cosa important és el treball de tallar els fils de connexió amb el que no fa referència a allò que hom «tant desitja».

3.3.2. *Integració*

Les *addicions* i les *anotacions* dels Exercicis Espirituals [EE 73-90;1-20] suposen la integració de les diferents dimensions interiors de la persona (pensament, imaginació, sensibilitat, etc.), de la interiori-

tat amb l'exterioritat de la persona (cos: posició i gest corporal, mirada, paraula, etc.), i de tota la persona amb l'entorn (cosmos: llum, fosc, fred, calor, etc.) fins a aconseguir la unitat profunda de tot en l'esperit, en la profunditat de la persona. Per tant, l'atenció a la interioritat s'ha de conjuminar amb l'atenció als aspectes exteriors personals i relacionals, tant amb les persones com amb l'entorn.

3.3.3. *Amplitud*

No oblidar en la pràctica que la interioritat no solament abasta el silenci, el recolliment, l'oració, etc., sinó també el creure i l'exercici de les virtuts (humilitat, respecte, etc.), les relacions personals, la gratuïtat, la conversió del cor... És a dir, la interioritat no és simple, sinó polièdrica, no és debilitat, sinó vigoria.

3.3.4. *La interioritat és dinàmica mitjançant l'amor*

La clau de la vida espiritual és que sigui una vida moguda per l'amor, el que «davalla de dalt» [cf. EE 184,2;338,2]. La interioritat, doncs, és atenció i disponibilitat a l'amor que ens habita i ens mou. Per això els pensaments i les mocions espirituals, que són signes que ens ajuden a descobrir l'acció i la direcció de l'amor, constitueixen en gran part la vida interior. En conseqüència, el discerniment –no solament la capacitat d'escoltar, sinó també d'interpretar– és de suma importància, és un dels elements cabdals de la interioritat.

3.3.5. *L'abnegació*

Com a activitat conjunta de deseiximent i d'adhesió, l'abnegació és un dels aspectes

de la interioritat indispensables per a deixar-se portar per l'amor. Deseiximent d'allò que en nosaltres barra l'acció vivificadora de Déu i adhesió als valors evangèlics i a la voluntat de Déu que ens mou des de dins i, per tant, abnegació de judici i de voluntat, segons sant Ignasi. El fet de sortir «del propi amor, voluntat i interès» [EE 189,10] es correspon amb deixar-se moure per l'amor que «davall de dalt, de l'amor de Déu» [cf. EE 184,2]. D'ací la importància cabdal que dóna Ignasi a la interioritat com a experiència profunda i transformadora per l'amor.

3.3.6. *Gradualitat*

Tot i que el que precedeix té un abast general o universal, Ignasi suposa que hi ha un procés d'iniciació i de creixement. Per això, en els Exercicis, proposa una gradualitat en fer-los, tot començant per pràctiques senzilles d'oració i d'examen [cf. EE 18]. I a l'hora d'orientar les activitats dels jesuïtes en donar Exercicis Espirituals, suposa que s'ofereix a cadascú allò que necessita i és capaç de practicar; per tant, els Exercicis complets són per a poques persones, com hem vist en el text de les Constitucions citat al començament d'aquestes pàgines.

4. UNA MOSTRA DEL DIÀLEG FINAL

M. Dolors Oller

Dèiem a la introducció que, com a previ al projecte de «Pedagogia de la Interioritat», adreçat especialment a joves, les institucions promotores (CJ-EIDES, FJE i Cova Manresa) convocarem la jornada de reflexió, de la qual són les tres ponències anteriors.

En aquest capítol final, he recollit resumidament bona part d'un diàleg que fou ric i plural, i que ajuda a interpretar, matisar i ampliar aspectes de les tres intervencions anteriors.

Importància i demandes socials d'interioritat

- Avui podem percebre una evolució de la consciència i una progressiva valoració de la interioritat: estan sortint dins la societat moltes iniciatives importants, al marge de les institucions.
- L'importància de la interioritat és clara i per això l'actual demanda en societats molt orfes d'ella. L'interioritat ens possibilita estar i sentir-nos vius; ens ajuda a poder tenir l'auto-

consciència de ser i de que no sóc sinó en relació amb els altres i amb l'Altre; en definitiva, ens porta a connectar amb el Misteri. La interioritat és clau per trobar sentit al viure. És l'espai on puc experimentar què és la llibertat humana i des d'on puc percebre'm com un "jo" rebut, com a do, cosa que possibilita que em pugui entregar de forma íntegra, a cada acció, per petita que sigui. La interioritat ens possibilita viure el moment present amb atenció i és condició de possibi-

litat per a la pròpia transformació personal i per a una acció de veritat transformadora.

– La interioritat és condició de possibilitat per una veritable pastoral. Tot aquest desvetllament del món interior –que va més enllà de les pràctiques pastorals– esdevé imprescindible avui perquè es pugui fer experiència religiosa.

– La nostra societat té la necessitat de saber detectar les onades que ens escupen del mar. Cal saber discernir per tal de trobar Déu en totes les coses i a totes en Ell.

Interioritat i valors

– No podem oblidar que la *interioritat* no abasta sols el silenci, sinó que està connectada al conreu de l'exercici de les virtuts. La gran pregunta és fins a quin punt els valors formen part de la interioritat o emergeixen en un segon moment.

– En sant Ignasi la interioritat es viu sempre com a quelcom relacional, que “s'encomana”.

– Cal tenir present que espiritualitats sense Déu (la d'André Comte-Sponville, per exemple) inclouen en la interioritat, valors: dins de l'ésser humà hi ha uns valors que ens mouen.

– Precisament, avui estem assistint al desvetllar conscient d'allà on neixen els valors, a les arrels de l'arbre que no es veuen (els valors serien la part visible, el tronc), a un voler anar explícitament a la font d'on emanen els valors.

A què fem referència quan parlem d'interioritat?

– Dins meu hi trobo pensaments, emocions, intuïcions, records, imaginacions... I hi ha també una dimensió intuïtiva-relacional-Transcendent. Cal considerar-ho tot, amb una visió integral.

– La terminació -or (sufixe de comparatiu) de “interior” i “exterior” expressen el que està més enllà, cap endins i cap enfora de mi. Fem referència a un lloc més enllà de la percepció immediata de les coses; es crea un espai que fa que la nostra actuació no respongui a un estímul resposta perquè sóc capaç de mirar-me la realitat des de més enllà.

Com conrear la interioritat?

– La pregunta està en si per conrear la interioritat basta trobar un cert espai i fer silenci o si demana més coses. Sant Ignasi demanava a qui volia ingressar a la Companyia un mes d'Exercicis, una temporada fent tasques humils i peregrinar sense diners. Aquest desplegament més ampli que, en definitiva, és la reacció davant la vida i l'entrega, també és interioritat. A la paràbola del Bon Samarità se'ns diu que el Samarità “es va compadir” de l'home ferit i “el va ajudar”. El seu procés interior es va traduir en acció. Per això, l'importància de l'abnegació que és una transformació del cor, que es fa dòcil. I això només es dona en relació amb l'altre.

– Interioritat no vol dir aïllar-se; al nostre interior hi trobem l'olor dels

altres. Interioritat vol dir fer les coses des de dins, des d'un cor net, evangelitzat. Les coses profanes es converteixen així en coses espirituals. Però per a que això passi, es necessita un cert bagatge espiritual, haver recorregut camí.

Una reflexió antropològica prèvia

– Constatem que la nostra societat està molt “exterioritzada”: vivim massa “a l'exterior” de nosaltres mateixos. Així mateix, percebem una crida a aportar alguna cosa que ajudi a fer camí vers l'interioritat. En aquest itinerari es pot començar pel silenci o pels valors i, molt concretament per la humilitat. Avui, però, sembla molt important tenir experiència de silenci-gratuïtat que pot fer brollar la guspira que encengui el foc interior.

– En lloc de viure sovint “fora de nosaltres mateixos”, el que cal és “habitar-nos nosaltres mateixos”, que cadascú s'habiti a si mateix i, en això, ens hi pot ajudar la nostra tradició cristiana, amb la riquesa de la seva antropologia.

– Els processos són experiència. És clau, doncs, partir de l'experiència, saber possibilitar els temps i crear espais per tal de poder ajudar a connectar amb les pròpies sets.

– Per poder parlar d'interioritat i d'espiritualitat, cal obrir abans una reflexió antropològica sobre quin ésser humà es va avui configurant. L'ésser humà actual té dues característiques: no té temps; i el seu espai està reduït a zero a causa d'Internet, que possibi-

lita una comunicació constant. L'espiritualitat i la interioritat requereixen temps i espai. Impliquen un procés. La pregunta és en què utilitzem el nostre temps. Perquè on posem el nostre temps, posem el nostre cor. És qüestió de prioritzar, d'optar. És important constatar l'emergència actual de la idea de peregrinatge, que prové d'una època passada: qui peregrina recupera l'espai, a l'altre (el qui va amb mi de peregrinatge i el qui no conec i em trobo pel camí) i el temps.

Dificultats per conrear la interioritat avui

– El conreu de la interioritat necessita un temps i un esforç i això implica un replantejament seriós d'elements propis de la nostra cultura, un anar contracorrent. Compte amb no vendre interioritat com si fos un objecte més de consum!

– No és que calgui tractar de la interioritat en una assignatura concreta; hem d'anar analitzant l'estructura religiosa que paradoxalment ens està proposant avui la ciència, la psicologia, el màrqueting, etc. I veure'n els seus trets, tenint en compte que les estructures entren en el nostre interior i configuren el nostre imaginari.

Quina interioritat?

–No qualsevol interioritat ens interessa. Davant d'una interioritat que no cerqui la justícia ens hauríem de preguntar si la recolzem. A més, cal que sigui una interioritat habitada per la Transcendència.

– Ens cal una interioritat habitada pels altres i per l'Altre, en qui estan tots, que possibiliti anar-los vivint com a íntimament relacionats amb el que sóc, fent-me progressar en empatia, compassió i tendresa vers ells. Una interioritat que té a veure amb la justícia, òbviament, perquè té a veure amb l'amor, inseparable de la justícia, d'una justícia viscuda des de Déu, en Déu que és amor misericordiós. Tal vegada fora bo plantejar-nos quin concepte de justícia tenim quan parlem de justícia avui.

Com ens sentim interpel·lats?

– Aquesta societat ens classifica d'una determinada manera; si no diem res,

el nostre silenci significa per a la societat alguna cosa. Com a col·lectiu podem només fer una reflexió cara endins o podem sortir a l'exterior i dir quelcom en aquest debat. Hem de decidir si volem estar presents en la societat.

– Constatació que darrere les tres institucions convocants de la trobada (CJ-EIDES, Fundació Jesuïtes Educació i Cova de St. Ignasi) hi ha molta experiència, reflexió i experiències pedagògiques i que la fidelitat als *signes dels temps* ens exigeix donar una resposta, dir alguna paraula sobre aquest tema, que té tantes implicacions no sols personals sinó també socials.

NOTES

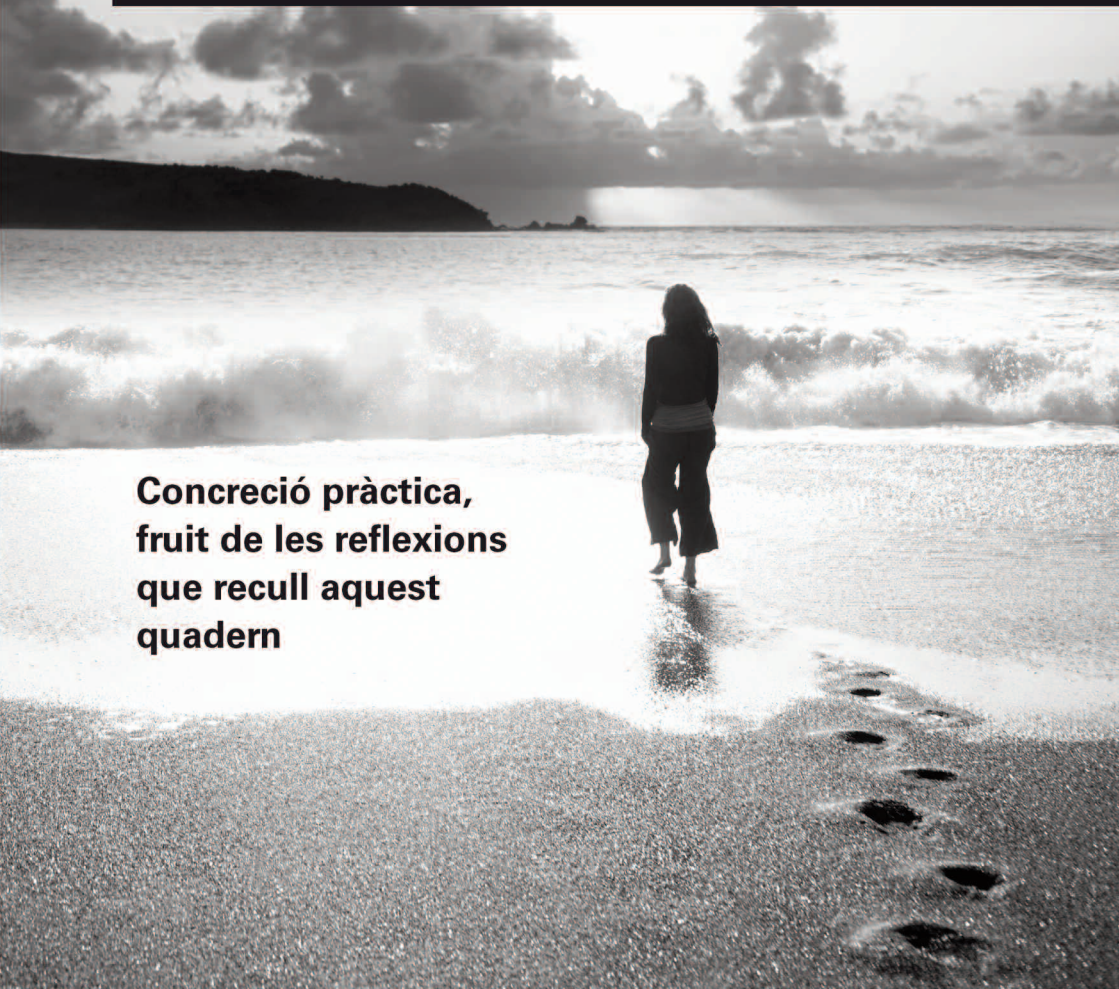
1. Helena ESTEVE, Ruth GALVE i Lluís YLLA, *Ser a l'escola. Pedagogia i Interioritat*, Barcelona, Pagès Editors.
2. La Fundació Jesuïtes Educació agrupa les escoles vinculades als Jesuïtes de Catalunya.
3. Teilhard DE CHARDIN, *El Medi Diví*, Barcelona, Claret, 1993, pàg. 116.
4. Anthony de Mello, a la pregunta que un dia li van fer de qui havia estat el seu guru, va respondre: «el Padre Calveras. Aquest jesuïta era un dels màxims coneixedors dels Exercicis Espirituals i un gran expert a dirigir-los».
5. Parmananda DIVARKAR, *La senda del conocimiento interno. Reflexiones sobre los Ejercicios Espirituales de san Ignacio de Loyola*, Santander, Sal Terrae, 1984, pàg. 180-181.
6. Carta a Manuel Godinho, 01.01.1552.
7. Així va començar la pedagogia dels col·legis per a seglars al col·legi de Mesina, fundat el 1548.

piE

Pedagogia de la Interioritat a l'Educació

Tallers de descoberta de la interioritat.

**Concreció pràctica,
fruit de les reflexions
que recull aquest
quadern**



Som moltes les persones que hem pres consciència que allò que ens passa per dins, el món interior, és fonamental per a l'ensenyament i l'aprenentatge a l'escola. També ho és per al desenvolupament humà, per créixer com a persones en totes les nostres dimensions, amb independència de les nostres conviccions, creences o orígens.

Creiem que avui té sentit desenvolupar una **"pedagogia de la interioritat"** a l'escola que, de forma transversal i explícita, entra a formar part del projecte educatiu com una manera de fer; un estil que impregna la vida del centre. No es tracta de substituir res, sinó d'aprofundir en allò que volem fer.

Per fer aquest treball en el centre, ens ajuda especialment dedicar altres moments més intensos i especialitzats a la cura del món interior. Alumnes i educadors ens beneficiem de capbussar-nos en la nostra interioritat durant un temps llarg, amb la realització de tallers, per tal que esdevingui part de la nostra manera quotidiana de fer.

Amb els **tallers de descoberta de la interioritat**, ens ocupem de nosaltres mateixos i de recórrer el nostre espai interior durant unes hores. Explorem pensaments, sentiments, sensacions, emocions, per tal de fer-lo més nostre. Aprofundint en el que som podem sortir cap enfora, projectar-nos a l'exterior amb més sensibilitat, més atenció, més cura i més compromís.

El treball del món interior el farem a partir del que som, del que fem, del nostre cos, del silenci, de la paraula, de l'expressió, de la relació amb els altres, de l'art, de la natura...

Tallers de descoberta de la interioritat

Sabem com ens beneficia canviar l'escenari i crear un ambient que ens ajudi a les escoles. Per això proposem prioritàriament fer la formació en el Casal Lluís Espinal, a la Cova de St Ignasi a Manresa. Per a Ignasi de Loiola era molt important "sentir i gustar internament" totes les coses. Al Casal ens podrem impregnar pel seu estil.

Proposem uns tallers adreçats a alumnes i professors en primer lloc; i també a equips directius de centres escolars, a les famílies i d'altres grups.

Concretarem els desenvolupaments singulars més adients en el moment d'acordar el taller.

Actualment proposem tres modalitats de tallers:

- **Taller d'interioritat d'un dia**

Un dia escolar. Estada a Manresa entre les 10 i les 16 h. (hi ha la possibilitat de dinar al Casal)

- **Taller d'interioritat de dos dies**

Dos dies escolars, fent nit a Manresa. Estada des de les 10 h del primer dia fins a les 15 h del segon. (hi ha la possibilitat de dinar al Casal el primer dia).

- **Taller d'interioritat "in situ"**

Es fa en la mateixa escola o centre que sol·licita el taller i ens adaptem a les seves necessitats. Va adreçat a alumnes, professors, mestres, educadors, famílies...

Es poden acordar d'altres horaris en cada modalitat.

piE

Pedagogia de la Interioritat
a l'Educació

Els tallers són conduïts per especialistes en educació i creixement personal i es fan dins del projecte de treball conjunt de Jesuïtes Educació i la Cova de Manresa.

Treballem la interioritat amb un enfocament transversal a tot el projecte pedagògic d'una escola o de tota l'activitat d'una institució. La cura de la interioritat no es basa en "fer coses" sinó en un projecte que contempla com fem el que fem, com anem a fons en el que fem. En el cas de l'escola plantejem la seva integració plena en el projecte de centre.

Lloc:

Casal Lluís Espinal
Camí de la Cova, s/n
08241 Manresa (Barcelona)

Com contactar amb nosaltres i com inscriure's:

Cal enviar un e-mail a l'atenció de l'Albert Sáenz a :
casal.espinal@covamanresa.cat
o trucar al mòbil 619.978.824.

Es pot trobar més informació al web: www.casallluisespinal.cat



«Ajudar», amb aquest verb, Ignasi de Loiola expressà modestament el seu gran desig de fer el bé als altres.

Sota aquest lema de servei i senzillesa, l'Escola Ignasiana d'Espiritualitat (EIDES) ofereix aquesta sèrie de materials ignasians.

Escola Ignasiana d'Espiritualitat (EIDES) Col·lecció «Ajudar»

59. A. BUENO. En la presó de la imatge - 60. O. TUÑÍ. Vuit dies amb Jesús - 61. J. M. RAMBLA. No avançar-se a l'esperit - 62. V. CODINA. Una presència silenciosa - 63. JOSEP M. RAMBLA - SEMINARI D'EXERCICIS (EIDES). Exercicis Espirituals de Sant Ignasi de Loiola. Una relectura del text (2) - 64. J. BAQUER. Acompanyar, servei d'Església (1) - 65. T. GUARDANS. Cristina Kaufmann, a la recerca de l'essencial - 66. J. BAQUER. Acompanyar, servei d'Església (2) - 67. D. MOLLÀ. L'espiritualitat ignasiana com a ajuda davant la dificultat - 68. JAIME ROIG. El creixement espiritual - 69. L. YLLA - X. MELLONI - J. RAMBLA - D. OLLER. De què parlem quan parlem d'interioritat?

Els títols d'aquesta col·lecció es poden descarregar d'internet a: www.cristianismeijusticia.net/eides

La Fundació Lluís Espinal envia gratuïtament els quaderns EIDES a tothom que ho sol·licita. Si vostè desitja rebre'ls, demani'ls a Cristianisme i Justícia.

Cristianisme i Justícia

c/ Roger de Llúria 13, 08010 Barcelona
Tel: 93 317 23 38 • info@fespinal.com
www.cristianismeijusticia.net