



**Programa de Formación Pastoral**  
**Obras Educativas de la Provincia de Venezuela**

**Itinerario 1 - Módulo 5**

**“ESPIRITUALIDAD IGNACIANA I”**

**PLAN DE MÓDULO**

**I) CONTENIDO**

- Ignacio de Loyola
- Visión Ignaciana de la Persona, del Mundo y de Dios.
- Rasgos distintivos de la Espiritualidad de Ignacio de Loyola.
- Componentes de la Vida Espiritual Ignaciana:
  - La Oración Ignaciana
  - El Examen Diario
  - El Discernimiento Espiritual

**II) FECHA DE REALIZACIÓN:** 16 de marzo - 15 de abril 2013.

**III) RECURSOS**

- El PLAN DE MÓDULO, que expone las orientaciones sobre el proceso formativo a seguir.
- El TEXTO BASE, que recoge en forma sustantiva el contenido del Módulo.
- Pauta para el Informe de Módulo
- Evaluación del Participante.

**IV) LECTURAS COMPLEMENTARIAS<sup>1</sup>**

- [Autobiografía de San Ignacio de Loyola](#) (Pedro Trigo sj, Revista SIC)
- [La vida de San Ignacio de Loyola en breve](#)
- [San Ignacio de Loyola](#) (vídeo)
- Orar en 4ª Semana de Cuaresma: **“Comenzar sin miedo nuestro camino de Conversión”**. (Word ó ppt)

<sup>1</sup> Los subrayados en las lecturas complementarias indican que se accede directamente a la versión digital del documento a través de su vínculo en internet.

## V) MOMENTOS DEL MÓDULO

### *ORIENTACIONES PREVIAS*

- Prever con anticipación los recursos y apoyos necesarios para el desarrollo del Módulo.
- Atender cuidadosamente las orientaciones de este Plan de Módulo para asegurar el proceso formativo que se va a desarrollar.

### **A.- MOMENTOS: COMPRENDER Y AMPLIAR (1ª a 3ª Semana del Módulo)**

Los momentos COMPRENDER y AMPLIAR se desarrollarán a lo largo de las 3 primeras semanas del Módulo.

#### **1.- COMPRENDER**

En este momento del Módulo, me hago una idea clara del tema, objetivando y contextualizando opiniones, conceptos y sentimientos en torno a contenidos y vivencias, para hallar su significado e implicaciones según la realidad donde se desarrolla mi acción pastoral. Las lecturas y reflexiones que realice deben estar en continua relación con mi experiencia y formación previa.

El momento COMPRENDER se desarrolla en dos partes:

**1ª) LEO el Texto Base:** “Espiritualidad Ignaciana I”.

*La finalidad de esta lectura es ahondar sobre el sentido y alcance de la Espiritualidad Ignaciana.*

**2ª) RELEO el Texto Base precisando las ideas fundamentales que se plantean en cada apartado.**

*El propósito de esta lectura más detallada es adquirir una mayor comprensión de la Espiritualidad Ignaciana.*

#### **2.- AMPLIAR**

En este momento del Módulo, profundizo en aspectos específicos del tema tratado en el texto base. La ampliación implica reflexión, es decir, la reconsideración seria y profunda de las informaciones, conceptos, situaciones, acontecimientos y vivencias expuestas con el propósito de captar su significatividad para mi crecimiento humano espiritual.

El momento AMPLIAR se desarrolla en tres partes:

**1ª) REFLEXIONO** sobre las **ACTIVIDADES** (oraciones, talleres, charlas, eventos, retiros o ejercicios espirituales) que más me han ayudado a crecer en mi vivencia de la espiritualidad.

**2ª) IDENTIFICO** las **FORTALEZAS** y **DEBILIDADES** en mi vida espiritual.

**3ª) VISUALIZO** los **CAMBIOS** que necesito realizar para seguir profundizando en mi vivencia de la espiritualidad.

## B.- MOMENTOS: COMUNICAR Y EVALUAR (4ª Semana del Módulo)

Los momentos COMUNICAR y EVALUAR se desarrollarán durante la última semana del Módulo.

### 3.- COMUNICAR

Este momento del trabajo consiste en dar razón de forma sencilla pero clara de mi aprendizaje. La comunicación de este Módulo se realizará a través de un breve informe que recoja lo experimentado en la vivencia personal de Oración Ignaciana tenida durante 5 días continuos. Tanto la vivencia de la Oración como el Informe pretenden evidenciar la habilidad para relacionar lo sabido y vivido con los nuevos aprendizajes presentados por este módulo y para identificar los aspectos que necesitan ser fortalecidos en mi crecimiento en la Espiritualidad Ignaciana.

En lo que respecta al momento COMUNICAR, conviene tener muy presente los siguientes presupuestos:

- 1ª) Que mi propio proceso de aprendizaje y crecimiento personal y espiritual, el cual se logra a partir de lo sabido, vivenciado y practicado, a partir de lo que investigo, y a partir también de las socializaciones e intercambios con otros que me ayudan a confrontar tales vivencias y habilidades. Todo ello hace que la formación pastoral, como toda formación, sea siempre un proceso abierto a nuevos saberes y aprendizajes.
- 2ª) Que COMUNICAR es exponer, transmitir con claridad y coherencia lo que siento, conozco y practico para que las demás personas tengan información precisa y clara y, a partir de ello, pueda establecerse un diálogo e intercambio de aportes para el enriquecimiento recíproco.

La COMUNICACIÓN se hará **a través de 2 actividades muy sencillas:**

#### 1ª) Vivencia personal de oración.

Los 5 días de Oración se realizarán siguiendo la lectura complementaria: Orar en 4ª Semana de Cuaresma: **“Comenzar sin miedo nuestro camino de Conversión”**. En uno o ambos formatos (Word ó ppt)

*Recomendaciones:*

- 1) *Seguir las Orientaciones que señala la Oración “Comenzar sin miedo nuestro camino de Conversión”*
- 2) *Ubicar en cada día el tiempo más conveniente para realizar la oración.*
- 3) *Dedicar 30 minutos diarios al desarrollo de este ejercicio de Oración Personal.*
- 4) *Escribir lo que resulte del Examen de la Oración (8º Momento) porque ayuda a precisar tu vivencia espiritual*

#### 2ª) Informe: Recoger la Vivencia Espiritual de la Semana de Oración Personal.

**FORMULO de forma clara, precisa y con verdad lo experimentado en la vivencia personal que he tenido durante los 5 días de Oración Ignaciana.**

*Recomendaciones:*

- 1) *Extensión máxima: 2 páginas. (Ver Anexo: Pauta de Informe de Vivencia de Oración Ignaciana)*
- 2) *Enviar el Informe al Equipo Coordinador del Programa.*

### 4.- EVALUAR

Este momento consiste en la apreciación crítica y el buen juicio del participante sobre el quehacer pastoral. La evaluación toma en cuenta el progreso que se logra a partir de la indagación, comparación e interrogación, para superar, tanto el proceder instintivo tan común en la acción pastoral, como la simple medición de resultados, y poder así desarrollar un re-aprendizaje que ayude a la transformación de la práctica pastoral.

El momento EVALUAR se hará a través de un instrumento que permita ponderar el proceso seguido por el participante en la apropiación de este módulo. (Ver instrumento: Evaluación del Participante)



## Programa de Formación Pastoral

### Obras Educativas de la Provincia de Venezuela

#### Itinerario 1 - Módulo 5

#### “ESPIRITUALIDAD IGNACIANA I”

##### Texto Base

*¿Cómo podríamos saber inequívocamente si somos personas que han logrado su madurez y unidad interior, para quienes toda experiencia de Dios es acción por los demás y toda acción por los demás es tal que les revela al Padre y les une a Él más afectiva y comprometidamente?* Pedro Arrupe sj

En las siguientes páginas queremos agrupar algunos aportes de distintas fuentes que nos ayuden a realizar una breve aproximación a lo que conocemos como «Espiritualidad Ignaciana», ya que de ella emergen los principales postulados que dan sustento y orientan el modo de proceder de las personas que conforman la familia ignaciana.

#### 1. IGNACIO DE LOYOLA<sup>2</sup>

En 1491, un año antes del descubrimiento de América, nació Ignacio de Loyola, hijo menor de una familia de la nobleza vasca. Su educación y su vida están llenas de los ideales de los caballeros medievales: honor, fama y valor.

A la edad de 30 años una bala de cañón le hirió gravemente la pierna derecha, durante la defensa de Pamplona, truncando su carrera militar. La convalecencia, después de dolorosas operaciones, se alargó durante meses. Incluso en algunas ocasiones Ignacio estuvo al borde de la muerte. Durante este tiempo se enfrentó consigo mismo y con su vida, y por primera vez en serio comenzó a reflexionar sobre su pasado y a tomar decisiones para el futuro.

Lo que Ignacio vivió en Loyola fue una gran experiencia de conversión. Descubrió que no había sido tan inofensivo como creía serlo, que había causado daño a personas, había hecho sufrir y llorar, en definitiva, que él mismo había saboteado la amistad con Dios. Ignacio experimentó el perdón, se sintió amado por Dios.

Ignacio experimentó que se despertaba dentro de él un profundo deseo de saciar la sed interior de la que está provista toda persona: sed de ternura, dignidad, amistad, solidaridad, comunión, en definitiva, sed de Dios. A partir de esta vivencia fue captando la diversidad de movimientos interiores que se producían en él: unos determinados pensamientos o razonamientos lo dejaban triste, sin aliento, con desazón, mientras que otros, le producían alegría, esperanza, ánimo. Comenzó entonces a descubrir que algo nuevo estaba sucediendo dentro de él que lo invitaba a salir de sí mismo, a cambiar. Y empezó su camino de transformación humana y espiritual.

<sup>2</sup> Cfr. [Una espiritualidad añeja para un corazón joven](#). Documento en Internet. Fecha de consulta: 28/01/2013.

El camino de conversión que inició Ignacio lo ayudó a romper el triple cerco que encadena la libertad: 1º) el cerco de los impulsos desordenados; 2º) el cerco de los malos hábitos contraídos; y 3º) el cerco de las situaciones sociales destructoras en las que la persona se ve envuelta. Porque la conversión es un verdadero tránsito purificador en busca de la propia identidad. Cuando se logra liberarse de este triple cerco situacional entonces comienza la adhesión a Jesús, en quien se encuentra la sanación interior, la paz y la disposición de sí mismo para amar y servir más allá de toda compensación.

Ignacio se lanza de peregrino en busca de su liberación y transformación. Hizo su camino sólo y a pie, porque, **“de noche iremos, de noche, sin luna iremos, sin luna, que para encontrar la fuente, sólo la sed nos alumbró”** (Luis Rosales).

En Manresa, cerca de Montserrat en Cataluña, pasó un año en oración y severa penitencia. Durante este tiempo adquiere la claridad de entendimiento que hizo despertar en él una profunda esperanza. Esta experiencia, conocida con el nombre de la “iluminación del Cardoner”, le llevó a una visión completamente nueva sobre sí mismo, sobre el ser humano, el mundo y sobre Dios.

Después de una aventurada peregrinación a Jerusalén, Ignacio decidió estudiar. Deseaba convertirse en pastor de almas. El estudio lo llevó a Salamanca y a París. En 1534 en Montmartre (París), junto con otros seis amigos hizo votos de pobreza y castidad.

La experiencia de transformación vivida por Ignacio la fue recogiendo en sus apuntes que terminó llamando **«Ejercicios Espirituales»**, y que, según él mismo, son **«todo lo mejor que en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo, como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos»**.

Como Ignacio y sus compañeros no pudieron irse a Jerusalén, como tenían planeado, para dedicarse totalmente al bien de las almas, se pusieron a disposición del Papa Pablo III en 1538 para que los enviara a donde quisiera enviarlos. En 1539 fundaron la “Compañía de Jesús”, que fue aprobada oficialmente en 1540. Ignacio murió el 31 de Julio de 1556.

## **2. VISIÓN IGNACIANA DE LA PERSONA, DEL MUNDO Y DE DIOS.**

Uno de los documentos que mejor recoge la visión que Ignacio tiene de la persona, del mundo y de Dios lo constituye las Características de la Educación de la Compañía de Jesús (1986), que viene a ser un manifiesto inspirador y concreto de la visión ignaciana, aplicada a la educación, a la luz de las necesidades de los hombres y mujeres de hoy.

**Visión Ignaciana de Persona.** Para Ignacio, Dios se revela especialmente en el misterio de la persona humana, “creada a imagen y semejanza de Dios” y por ello, la educación jesuítica explora el significado de la vida humana y se preocupa por la formación total de cada estudiante como ser amado personalmente por Dios. El objetivo de la educación jesuítica consiste en ayudar al desarrollo más completo posible de todos los talentos dados por Dios a cada persona individual como miembro de la comunidad humana. (nº 25)

**Visión Ignaciana del Mundo.** Ignacio reconoce a Dios como Autor de toda la realidad, toda la verdad y todo el conocimiento. Dios está presente y activo en toda la creación: en la naturaleza, en la historia y en las personas. Por consiguiente, la educación de la Compañía de Jesús, afirma la bondad radical del mundo, “cargado de la grandeza de Dios”, y considera cada elemento de la creación como digno de estudio y contemplación, susceptible de una exploración que nunca termina. (nº 23)

**Visión Ignaciana de Dios.** Para Ignacio, Dios es creador y Señor, Suprema Bondad, la única Realidad que es absoluta; todas las demás realidades proceden de Dios y tienen valor únicamente en cuanto nos conducen a Dios. Este Dios está presente en nuestras vidas, “trabajando por nosotros” en todas las cosas; puede ser descubierto, por medio de la fe, en todos los acontecimientos naturales y humanos, en la historia en conjunto, y muy especialmente en lo íntimo de la experiencia vivida por cada persona individual. (Nº 21)

### 3. RASGOS DISTINTIVOS DE LA ESPIRITUALIDAD DE IGNACIO DE LOYOLA<sup>3</sup>

El término “espiritualidad” deriva de la palabra “espíritu”. La **vida espiritual** (espiritualidad) es una dimensión de la persona. Es lo que permite adentrarnos en nuestro interior y asumir conscientemente nuestros sentimientos y comportamientos. El fundamento de la espiritualidad es la necesidad de dar sentido a la propia vida. Es precisamente esta exigencia la que nos lleva a buscar, a trascender lo inmediato e ir a la profundidad de cada uno. **Espiritualidad es la actitud básica, práctica o existencial de la persona a partir de la propia visión religiosa y ética de la vida. Es la fuerza interior que mueve la vida personal y pone de manifiesto la calidad de relación que se establece consigo mismo, con los demás, con el mundo y con Dios.**

La Espiritualidad Ignaciana es una forma concreta de vivir la fe cristiana<sup>4</sup>. Esta espiritualidad es fruto del camino espiritual que Ignacio fue viviendo junto a Dios a lo largo de su vida; es su manera propia de ver a Dios, a la vida, a la sociedad, a las personas...

San Ignacio ofrece una espiritualidad que une de forma inseparable la vida personal, la experiencia de Dios y la actuación en el mundo. La espiritualidad Ignaciana es, por tanto, el camino o la manera de vivir la experiencia de Dios, la relación con los demás, con el mundo y el modo de comprometerse en la vida, según la inspiración de Ignacio de Loyola.

La Espiritualidad Ignaciana invita a un modo de vivir la fe en el que las personas se experimenten hijos amados de Dios y hermanados a toda la creación como fruto de una relación personal con Jesús desde el Evangelio; que descubren su vocación propia; conscientes de sus capacidades y limitaciones; atentos a lo que pasa a su alrededor y en el mundo para comprometerse competentemente en la transformación de la realidad, situándose en una estrecha relación de solidaridad con los demás a través del amor fraterno, especialmente con los más pobres; y dispuestos a celebrar la vida, la fe y el compromiso que anticipan el Reino de Dios.

Entre los rasgos fundamentales de la Espiritualidad Ignaciana destacan:

- ❖ Es una Espiritualidad Trinitaria, que se fundamenta en la relación de amor y ternura del Padre, Hijo y Espíritu Santo que deliberan permanentemente su deseo de transformar la vida humana mediante la encarnación, es decir, sumergiéndose en la cotidianidad de la vida de las personas.
- ❖ Está centrada en la relación de amistad e identificación con persona de Jesús en su Evangelio, que nos invita a amar y a servir a las personas, al mundo y a Dios, y nos invita a un amor apasionado por la Iglesia real y concreta en la que vivimos.

---

<sup>3</sup> Rasgos distintivos de la Espiritualidad de Ignacio de Loyola. Tema 10. Módulo 1: Identidad Ignaciana. Diplomado Gerencia Social Ignaciana, p. 123.

<sup>4</sup> Desde luego, la espiritualidad ignaciana no es la única manera de ser cristiano; hay muchas otras que valoran aspectos que quizá la espiritualidad ignaciana no enfatiza lo suficiente, así como hay diversos aspectos de la espiritualidad ignaciana que no se agotan en este texto.

- ❖ Se desarrolla y enriquece en la Oración y el Discernimiento Espiritual como caminos de identificación con Jesús, de búsqueda incesante de lo que Dios quiere para nuestras vidas y de actuación comprometida.
- ❖ Motiva a una vivencia inseparable entre fe y vida mediante la cual nos descubrimos “contemplativos en la acción”, es decir, hombres y mujeres capaces de encontrar la presencia amorosa de Dios en todas las cosas y en todas las circunstancias de la propia vida.
- ❖ Se afianza en el cuidado de las personas en términos de crecimiento humano y espiritual. Este acompañamiento es denominado por Ignacio “el cuidado de las ánimas”, el cual se realiza a través de muchos medios, pero especialmente con la conversación espiritual.
- ❖ Ofrece un criterio para el día a día de cada persona: Ignacio lo llama el “tanto cuanto” (cfr. EE., n. 23), o sea, el uso correcto y libre de las cosas (la “indiferencia ignaciana”), que pide crecer en libertad para que el uso o no uso de las cosas siempre se ordene al mayor amor y al mayor servicio.

#### 4. COMPONENTES DE LA VIDA ESPIRITUAL IGNACIANA

En este documento se abordará solamente tres componentes de la vivencia de la Espiritualidad Ignaciana: la oración, el examen diario y el discernimiento. No se tratará aquí sobre los Ejercicios Espirituales que es lo más nuclear de la espiritualidad de Ignacio. Lo hemos reservado para tratarlo de forma amplia en el Itinerario II.

##### 4.1. La Oración Ignaciana<sup>5</sup>

La **Oración ignaciana es un diálogo sencillo, expreso y directo con Dios, donde implicamos todo lo que somos y hacemos**. Oramos cuando conversamos con Dios como se conversa con un amigo (S. Ignacio EE, nº 54). Una conversación amorosa que va tocando nuestras entrañas.

Para Ignacio, orar es hallar a Dios en todas las cosas, en todas las realidades y circunstancias de la vida. Un hallazgo que hace que toda la vida esté cuidada y querida por Dios. El cristiano que halla a Dios en todas las cosas busca que su oración le ayude a asemejarse a los sentimientos y modo de actuación de Jesús.

Pudiéramos pensar que los métodos para orar son la clave para una buena oración y no es así. Lo clave no son los métodos sino las personas que oran, es decir, los orantes y sus situaciones o realidades personales y colectivas compartidas con el Dios de Jesús. Se puede orar de muchos modos y con muchas ayudas, pero no olvidemos que lo más importante son los interlocutores que se dan cita en el encuentro que llamamos oración. Y esos interlocutores son Tú mismo, la realidad y Dios.

Ignacio propone una oración que se desarrolla en diversos momentos, con el propósito de ayudar a la persona para que se haga diestra en sentir y gustar internamente lo que Dios le comunica personalmente, de tal modo que sea más familiar y fecundo su diálogo con Él, es decir, para que entre en sintonía con Dios.

Los momentos de la oración ignaciana sirven de guía en la experiencia orante. Se les llama momentos porque son como unas lamparitas que bien ubicadas en lugares estratégicos de un camino nos alumbran la ruta. Se trata de una pedagogía que poco a poco nos habilita para el encuentro con Dios en la oración y en la vida.

---

<sup>5</sup> Entrevista con Ignacio de Loyola. Material de Apoyo Módulo 7. [Plan de Formación Integral Colegios ACSI](#)

A simple vista, estos momentos parecieran estar muy estructurados, y no es así, sino que los presentamos de forma esquemática para que pueda visualizarse de modo práctico la forma que tiene la experiencia orante. La importancia de estos momentos radica en que ayudan a una mayor comprensión de las vivencias por las que de forma muy variada pasa el orante. Tomar conciencia de estos momentos y profundizar en ellos ayuda a que el encuentro contigo mismo, con la realidad y con Dios, sea más fecundo.

**Momento Preparatorio: “PREPARACIÓN DE LA ORACIÓN”.** Este paso o momento tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc. Si se trata de un pasaje bíblico, hay que leerlo de un modo reflexivo.

**1° Momento: “A LO QUE VENGO”.** Se trata de tomar conciencia del encuentro al que me dispongo. El orante trata de centrar todo su ser en torno a lo que se dispone a vivir. Decir una y otra a vez **“a lo que vengo es a esto o aquello en la oración”**, no es algo mágico que despeja las distracciones o incertidumbres que se padecen, sino que es la reafirmación (por repetición) de un tono vital en el que deseo hallarme, para que todas las fibras humanas entren en juego durante la oración. **Al comienzo de la Oración me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO? Vengo a... Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra.**

**2° Momento: “PACIFICACIÓN”.** Es una metodología para lograr concentrarme-descentrarme-centrarme. La pacificación tiene que ver con las posturas y actitudes que ayudan a disponer toda la persona en ese tono orante que se desea. La persona concentra sus ritmos, sus afectos y su razón en función de lo que se desea vivir. Y al ritmo de esta concentración, los pensamientos y afectos se ponen en movimiento, ayudando a tomar conciencia de las fijaciones, distracciones, etc., y poder dar paso a la capacidad de centrarse en aquello que dé mayor gusto interior y sentido. Para la pacificación ayuda mucho el lugar, la ubicación, los sonidos, etc. Este momento puede hacerse cuantas veces sea necesario. Muchas veces conviene retomarlos en otros momentos de la misma oración con la finalidad de alcanzar un mayor centramiento en la oración. Cada persona irá adquiriendo su propio modo de pacificarse. **La Pacificación la realizo ya sea sentado, paseando, acostado o reposado. Tanto en casa como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar. Me acomodo con una posición que ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser. Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio. [Una y otra vez repito este ejercicio].**

**3° Momento: “ORACIÓN PREPARATORIA”.** Es una jaculatoria que ayuda a centrar los afectos y razonamientos. San Ignacio ha propuesto en los Ejercicios Espirituales como oración preparatoria: **“Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores, estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad”**. Esta Oración Preparatoria está pensada para ser repetida tantas veces como sea necesaria. Incluso, puede tenerse como telón de fondo durante la pacificación. Cada persona puede modificarla y hasta resumirla en la forma que más le ayude. En su sencillez, esta oración es una jaculatoria, una especie de deseo repetido, y por ello familiar, que puede servir para nuestro diario caminar. **La oración preparatoria ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón.**

**4° Momento: “COMPOSICIÓN DEL LUGAR”.** Un modo de trabajar la imaginación y los imaginarios. La Composición del Lugar es la recreación del contexto propio de cada persona que ora. Es la visualización de todos los elementos externos e internos que intervienen en la vivencia que se está teniendo. Se trata de que cada orante se ponga delante o frente a su contexto, a su realidad tal cual es, **como si presente se hallara**, con la finalidad de que

pueda ubicarse de forma objetiva y real. Componer el lugar no se reduce a componer imágenes sin más, sino a un proceso que permita, mediante la energía de la propia palabra interior, crear su propio modo de dialogar con la vida y con Dios. **La Composición del Lugar es un momento muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos.** 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración. 2°) Con la imaginación revivo los detalles del pasaje bíblico o el acontecimiento vital. 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara. 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

**5° Momento: “PETICIÓN”.** Se trata de pedir lo que se desea. Por ejemplo: “Señor, dame conocimiento profundo e interno tuyo”. **En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro, de lo más hondo de mi vida, ya que esta petición irá prefigurando la calidad del diálogo que se irá realizando a lo largo de la oración y que alcanza todo su sentido en el coloquio. Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición.**

**6° Momento: “CONTENIDO O MATERIA”.** Es el tema o asunto sobre el que se basa la oración. La materia de la oración es muy variada. Cada persona ha previsto en la preparación de la oración, la materia de dicha oración. La materia no siempre es algo fijo o predeterminado, porque puede ocurrir que el mismo Dios hace que la oración tome otro rumbo y habría que estar abierto a ello. Si hemos dicho que la oración es un diálogo con un amigo, ello quiere decir que hay dos hablantes y ambos tienen su protagonismo en este encuentro.

**7° Momento: “COLOQUIO”.** Es un diálogo tierno y fecundo entre el Orante y Dios. El coloquio es una conversación que uno tiene tal como se conversa con un amigo. Se trata de una comunicación en la que uno balbucea con palabras bien sentidas aquello que se ha sedimentado en la vivencia tenida en la oración. El coloquio es otro aspecto que bien puede ser empleado en la cotidianidad de la vida. Muchas veces nos encontramos teniendo coloquios bien profundos. Será el Examen quien permita distinguir si tales diálogos son fecundos o no. **Hago el Coloquio hablando como habla un amigo a otro amigo, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar mis cosas, y queriendo consejo en ellas.**

**8° Momento: “EXAMEN O CIERRE DE LA ORACIÓN”.** Es un modo de ver si lo vivido en la Oración es de Dios, si tiene significatividad en mi vida y hacia dónde me conduce la experiencia vivida. **Para el Examen (evaluación) de mi Oración pueden ayudarme las siguientes interrogantes:**

- 1) ¿Qué pasó en mí durante este Ejercicio?
- 2) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5) ¿Qué me produjo desaliento o desconfianza durante la Oración?
- 6) ¿Qué se quedó grabado en mí?

Si se desea puede terminarse con alguna ofrenda o con esta que San Ignacio coloca al final de los Ejercicios Espirituales: **Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo. Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad. Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.**

## 4.2. El Examen Diario

El examen diario o examen de conciencia es una forma sencilla de oración directa que profundiza la inteligencia y sensibilidad sobre nuestro modo de proceder cotidiano. Es la **brújula que permite mantener claro el rumbo desde la ubicación precisa en la que se está**. Es la herramienta para mantener el ritmo de avance que se pretende y para que sigan vivos los deseos y las motivaciones.

Muchas personas creen conocerse y se sorprenden de sí mismas cuando actúan de una manera imprevista. Conocerse a sí mismo es una actividad que se desarrolla a lo largo de toda la vida. Conocerse es la condición para ejercer la libertad y tomar decisiones conducentes a hacer realidad la vida que cada uno desea en el fondo de su corazón.

Más aún, no podemos conformarnos con el conocimiento que una vez se obtuvo de sí mismo. Hace falta **estar alertas sobre uno mismo**, es decir, **adquirir el autodomínio a través del hábito de reflexionar o examinarse** continuamente para evitar las desviaciones, frenazos o prolongadas paradas (parálisis) en nuestra vida. Y sobre todo, para detectar sus causas y poder corregirlas.

Para la espiritualidad ignaciana, examinar o reflexionar la propia vida, no es un ejercicio narcisista (repliegue) ni escrupuloso (culpabilizadora), sino un ejercicio de descubrimiento sano y sanador, que limpia, revela y lanza a mayores planos de generosidad.

San Ignacio de Loyola recomendó que cada uno haga ese examen vital dos veces al día y más si se encuentra en situaciones importantes. **El examen es lo que nos permite mantener la conciencia de quién soy, qué quiero, cuáles son mis puntos débiles, qué recursos personales poseo y cuáles estoy en condiciones de adquirir.**

El examen diario puede llevar de diez a quince minutos. En realidad no importa cuánto tiempo pase; lo importante es que la persona se abra a pasar revista a cómo ha vivido el día y a descubrir la manifestación de Dios en su vida. Realmente es una manera de crecer en una relación más cercana con Dios.

San Ignacio sugirió cinco pasos de examen de conciencia. Sin embargo, es muy importante que la persona se sienta libre de organizar su examen de conciencia como más le ayude. No existe una forma específica o correcta de hacerlo, tampoco se necesita ir a través de los cinco pasos de forma obligada. Por ejemplo, una persona puede que se detenga mucho más tiempo en alguno de los aspectos a examinar. Lo fundamental es que cada quien se detenga donde más crea que aprovecha.

Los cinco puntos que Ignacio propuso son:

- ❖ Recuerda que estas en la presencia de Dios: Tú estás ante Dios quien te ama y te da la bienvenida, quien te ilumina y te guía. Abraza al Dios que mora y habita en ti, el Dios que siempre se manifiesta en ti.
- ❖ Dale gracias a Dios por todos sus regalos: Dale gracias a Dios por lo que te ha permitido hacer este día. Y por lo que has recibido este día, por las alegrías y las dificultades, por las palabras de aliento y gestos de generosidad, por tu familia y amigos, por todos aquellos que te retaron a crecer como persona.
- ❖ Examina como viviste este día: ¿Qué ha pasado en tu vida y tus relaciones? ¿Cómo Dios se ha manifestado en ti? ¿Qué te ha pedido? Y cómo has respondido: con generosidad o con egoísmo, con honestidad o con falsedad?

- ❖ Pide perdón: Pide perdón por fallar en entender o responderle a otros en sus dificultades y dolor. Pide perdón por no amar a Dios con todos los aspectos de tu vida.
- ❖ Ofrece oración de compromiso lleno de esperanza. Estoy consciente de mis debilidades, pero aun confío en la fortaleza de Dios. Renuevo mi compromiso de seguir el camino que Dios me ofrece como fuente de luz para toda la creación. ‘El que está en Cristo es una criatura nueva; para él lo antiguo ha pasado; un mundo nuevo ha llegado.’ (2 Cor. 5:17)

### 4.3. El Discernimiento Espiritual<sup>6</sup>

El discernimiento es como el **olfato fino** que permite distinguir lo que es conveniente cambiar de lo que es necesario mantener o profundizar. A ese olfato, o mejor dicho, a esta capacidad de conocer las sutilezas de los componentes de la vida, es a lo que Ignacio de Loyola llama **Discernimiento Espiritual**.

El discernimiento ayuda a alcanzar la madurez humana y la madurez espiritual. La persona va creciendo y haciéndose cada vez más y mejor persona en la medida que entra en relación sana y madura consigo mismo, con las demás personas y con las cosas. Sobre la base de esta madurez es que podemos hablar de discernimiento.

Bien entendido, el discernimiento espiritual es un diálogo de deseos: los deseos que tiene cada persona (*según la realidad en que se halle*) con los deseos de Dios. Se trata de los deseos profundos: los que dicen quién es cada uno en lo más íntimo. Ese diálogo de deseos se da para producir algo nuevo, algo que brota del corazón de Dios y del propio corazón de cada persona, y tendrá que ver siempre con el gran anhelo de la vida.

Discernir exige que cada uno escudriñe dentro, en lo más profundo de sí mismo, aquellos anhelos que se tienen guardados y cotejarlos con los deseos de Dios, para seguir caminando por la vida en una tónica de camino permanente, de apertura permanente y de búsqueda permanente.

A medida que se va creciendo en el encuentro con Dios, el discernimiento va alcanzando mayor profundidad. Puede que caigamos en la tentación de usar el discernimiento como si fuera una herramienta perfecta para tomar decisiones. Así, el discernimiento quedaría reducido a fórmulas que nada tienen que ver con la experiencia de fe.

**El discernimiento es una experiencia que libera para planos superiores de Generosidad<sup>7</sup>**

El discernimiento auténtico libera al hombre y a la mujer para la gratuidad, la disponibilidad y el amor desinteresado al prójimo, en definitiva, para planos superiores de generosidad.

La **gratuidad** es la actitud libre y gozosa por la que ponemos a disposición de los demás lo que tenemos o somos sin interés o recompensa alguna. La gratuidad se logra mediante la serena reconciliación con la propia indigencia en la verdad de quien se siente amado, ordenando el ego por el que nos atribuimos méritos o nos considerarnos mejor o superior a los demás.

Poco hace falta saber de lo humano para comprender que cualquier persona es capaz de lo mejor o de lo peor, según sea la situación espiritual en que se encuentre. Y poco hace

<sup>6</sup> Mi Discernimiento Espiritual. Material de Apoyo Módulo 16. [Plan de Formación Integral Colegios ACSI](#)

<sup>7</sup> Liberados para planos superiores de Generosidad. Material del CEP: Año de la Fe nº 4, Marzo 2013

falta saber de Dios para comprender que, en la oscuridad o noche de la vida, la persona se persuade de que todo depende exclusivamente del poder de la gracia.

Adentrarnos en la gratuidad transforma el deseo de acaparar o guardar la vida para provecho propio. Comenzamos entonces a movernos en el terreno de la relación desinteresada en la que no hay lugar para la ventaja personal sino para la pura gratuidad del mutuo encuentro.

La **disponibilidad** es la actitud y la capacidad para actuar, para responder a lo que nos pide la vida. En Jesús tenemos el mejor modelo de disponibilidad. Su actuación estuvo caracterizada por una disponibilidad incondicional al querer de Dios. La voluntad del Padre es para Jesús su alimento (Jn. 4,34) y llevar a cabo la obra que el Padre le ha confiado es la clave de su unidad con Él. Esta disponibilidad es lo que constituyó a Jesús como Hijo del Padre.

La disponibilidad nos pone a tono para asumir, cualquiera sea y en cualesquier circunstancia, lo que Dios nos pide. La voluntad de Dios se convierte, de este modo, en el factor unificador e integrador que dinamiza nuestra libertad en un proceso inagotable de búsqueda constante con la ayuda del Espíritu Santo.

Al hacernos disponibles experimentamos la sensación de perder el suelo de la propia seguridad, de perdernos para sólo quedarnos en Dios. Y en lugar de esta seguridad brota espontáneamente desde el fondo de nuestro ser la profunda alegría y esto nos basta.

El **amor desinteresado al prójimo** se traduce en donación de sí mismo en el servicio, ayuda y cuidado de los demás sin esperar compensación.

El amor es comúnmente afecto, conmoción, empatía y adherencia con todo nuestro ser. Pero sería inauténtico si fuera simplemente una vivencia emocional que no se tradujera en obras concretas de fraternidad y solidaridad, que son el test de la veracidad del amor.

Cuando se ama desinteresadamente al prójimo comienza nuestra realización personal, somos llevados de la depredación a la donación, de retener a ofrecer, de sentirnos escindidos a sabernos parte de un conjunto de relaciones, de vivir acaparando a la generosidad.



**Programa de Formación Pastoral**  
**Obras Educativas de la Provincia de Venezuela**  
**Itinerario 1 - Módulo 5**  
**“ESPIRITUALIDAD IGNACIANA I”**

**Pauta para el Informe de la Vivencia de la Oración Ignaciana**

**Observación:** Formular de forma clara, precisa y con verdad lo experimentado en la vivencia personal que se ha tenido durante los 5 días de Oración Ignaciana.

- 1) ¿Realicé o no los 5 días de Oración siguiendo el material “Avivar nuestro deseo de Arrepentimiento”?
- 2) ¿Qué **favoreció** la realización de los 5 días de Oración?
- 3) ¿Qué **dificultades** tuve para la realización de los 5 días de Oración?
- 4) ¿Cuál **momento** de los 8 que propone la Oración me ayudó más?
- 6) ¿Cuáles **deseos** se despertaron en mí a partir de esta vivencia de Oración Personal?
- 7) ¿Qué **se quedó grabado** en mí durante esta vivencia espiritual?



## Programa de Formación Pastoral

### Itinerario 1 - Módulo 5

## “ESPIRITUALIDAD IGNACIANA I”

### EVALUACIÓN PARTICIPANTE

Nº 5 - Marzo-Abril / 2013

Enviar esta evaluación al correo: [pastoral@cerpe.org.ve](mailto:pastoral@cerpe.org.ve)

Nombre y Apellido: \_\_\_\_\_

Institución: \_\_\_\_\_

Cargo / Desempeño: \_\_\_\_\_

[Ponderar del 1 al 4 los siguientes aspectos: 4= excelente; 3= bueno; 2= satisfactorio; y 1 insatisfactorio]

Promedio Total:	0,0
Nota (1-20):	0

#### 1.- Aspectos Programáticos y de Contenido

Aspectos		Puntos
1	Claridad y coherencia en el Diseño del Módulo	0
2	Profundidad de los Contenidos tratados en el Texto Base	0
3	Conexión entre el Tema del Módulo y la Acción Pastoral de la Institución	0
4	Pertinencia de un tipo de Módulo más VIVENCIAL como este que se ha realizado.	0
<b>Total</b>		<b>0,0</b>

#### 2.- Aspectos Organizativos, Estratégicos y Logísticos

Aspectos		Puntos
1	Mi nivel de organización personal para realizar el Módulo	0
2	Nivel de orientaciones ofrecidas por el Programa de Form. Past. para mi desarrollo del Módulo	0
3	Mi nivel de comunicación con la Coordinación del Prog. Form. Past. para obtener orientaciones	0
4	Apoyo recibido de mi Institución para el desarrollo del Módulo	0
<b>Total</b>		<b>0,0</b>

#### 3.- Aspectos sobre Mi realización del Módulo

Aspectos		Puntos
1	Mi motivación personal para el Módulo	0
2	Calidad y profundidad de mi trabajo personal para el desarrollo del Módulo	0
3	Mi disposición a recibir aportes e ideas para profundizar en mi realización del Módulo	0
4	Mi capacidad de relacionar el Módulo con la Pastoral que realizo en mi Institución	0

Total 0,0

#### 4.- Aspectos sobre la Estrategia de Aprendizaje empleada (CACE)

Aspectos		Puntos
1	Coherencia entre los 4 MOMENTOS del Módulo	0
2	Sensibilidad lograda a través del momento COMPRENSIÓN	0
3	Profundidad alcanzada a través de los momentos AMPLIACIÓN y COMUNICACIÓN	0
4	Nivel de auto-crítica alcanzado en el momento EVALUACIÓN	0
<b>Total</b>		<b>0,0</b>

[Responder en forma sencilla, clara y precisa las siguientes interrogantes]

#### 5.- ¿En qué me ha ayudado este Módulo para mi crecimiento Humano-Espiritual?

1º)	
2º)	
3º)	

#### 6.- ¿Qué aporta este Módulo para la Pastoral que realizo en mi Institución?

1º)	
2º)	
3º)	

#### 7.- A partir de lo trabajado en este Módulo ¿en qué temáticas o aspectos necesito seguir profundizando?

1º)	
2º)	
3º)	

#### 8.- Observaciones:

1º)	
-----	--

2ª)	
3ª)	

**9.- Considero que mi desempeño en este Módulo ha sido:** *[Marca X en una sola casilla]*

[Marque X en un solo recuadro]

<b>EXCELENTE</b>	
<b>BUENO</b>	
<b>SATISFACTORIO</b>	
<b>INSATISFACTORIO</b>	

**Fecha de entrega de la Evaluación:**    Día: \_\_\_\_\_    Mes: \_\_\_\_\_    Año: \_\_\_\_\_