

**Programa de Formación Pastoral**  
**Obras Educativas de la Provincia de Venezuela**  
**Itinerario 2 - Módulo 5**  
**“ESPIRITUALIDAD IGNACIANA II”**

**PLAN DE MÓDULO**

**I) CONTENIDO**

**1. Ejercicios Espirituales: visión general y proceso de la experiencia**

- ¿Qué son los Ejercicios Espirituales?
- Estructura de los Ejercicios Espirituales.
- Modalidades de Ejercicios Espirituales.
- El Proceso Espiritual en los Ejercicios
- Ejes y Componentes de la Experiencia de los Ejercicios Espirituales
- ¿Para qué hacemos Retiros y Ejercicios Espirituales?

**2. Discernimiento Espiritual**

- ¿Qué entendemos por Discernimiento?
- Condiciones para el Discernimiento Espiritual
- Herramientas para ayudarnos en el Discernimiento (Reglas que ayudan al Discernimiento)

**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 3<sup>a</sup> Semana de Cuaresma: **“Avivar Nuestro Deseo de Arrepentimiento”**. (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 II".

*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:

- 1º) 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.
- 2º) 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 3ª Semana de Cuaresma: **“Avivar Nuestro Deseo de Arrepentimiento”**. En uno o ambos formatos (Word ó ppt)

Recomendaciones:

- 1) Seguir las Orientaciones que señala la Oración **“Avivar Nuestro Deseo de Arrepentimiento”**
- 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 2 - Módulo 5

### “ESPIRITUALIDAD IGNACIANA II”

#### Texto Base

*Nada puede importar más que encontrar a Dios. Es decir, enamorarse de Él de una manera definitiva y absoluta. Aquello de lo que te enamoras atrapa tu imaginación, y acaba por ir dejando su huella en todo. Será lo que decida qué es lo que te saca de la cama cada mañana, qué haces con tus atardeceres, en qué empleas tus fines de semana, lo que lees, lo que conoces, lo que rompe tu corazón, y lo que te sobrecoge de alegría y gratitud. ¡Enamórate! ¡Permanece en el amor! Todo será de otra manera. Pedro Arrupe sj.*

Espiritualidad es la actitud básica, práctica o existencial a partir de la propia visión religiosa y ética de la vida. Es la fuerza interior que mueve mi vida personal y pone de manifiesto la calidad de relación que establezco conmigo mismo, con los demás, con el mundo y con Dios. La Espiritualidad Ignaciana es una forma concreta de vivir la fe cristiana.

En este documento se abordará solamente dos aspectos fundamentales de la espiritualidad ignaciana: los **Ejercicios Espirituales** y **el Discernimiento Ignaciano**, porque son los medios que más ayudan en la búsqueda del sentido de la propia existencia, al crecimiento en la autenticidad personal, a profundizar en la relación con los otros, con la creación y con Dios y al compromiso evangélico en la transformación de la realidad.

#### 1. EJERCICIOS ESPIRITUALES: VISIÓN GENERAL Y PROCESO DE LA EXPERIENCIA<sup>2</sup>

##### 1.1.- ¿Qué son los Ejercicios Espirituales?

Los Ejercicios Espirituales son una experiencia para **iniciar y avanzar en la vida de oración**, para **buscar y hallar a Dios en todas las cosas**, para **discernir la voluntad de Dios**, para **favorecer una fe más personal y más encarnada**, y **ayudan también en la tarea difícil de lograr la integración profunda de la propia vida por medio del diálogo libre con Dios**. (Cf CG 35 n° 21). Además, los Ejercicios bien hechos, nos permiten **apreciar más profundamente nuestra alianza con la creación**, como algo fundamental para mantener una mejor relación con Dios y con los otros, y para actuar consecuentemente de acuerdo con la propia responsabilidad ciudadana, profesional, familiar y con el propio estilo de vida (Cf. CG 35, n° 36).

Para San Ignacio, los Ejercicios Espirituales son «todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mentalmente, y de otras acciones espirituales... Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales; así también, todo modo de prepararse y disponerse **para quitar de sí mismo todas las afecciones desordenadas** y, después de quitadas, **buscar y hallar la voluntad de Dios**, se llaman ejercicios espirituales» [EE n° 1].

<sup>2</sup> Material de Apoyo elaborado para el Módulo 11, [Plan de formación Integral Colegios ACSI](#). (CERPE-CEP / 2010)

Cuando hablamos de Ejercicios, estamos hablando de hacer lugar, hace espacio, para que acontezca la acción de Dios en nuestra vida. Porque Dios en persona es quien se hace presente en este encuentro: “**Mira, yo estoy llamando a la puerta; si alguien oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaremos juntos**”. (Apocalipsis 3,20). Como se trata de un encuentro entre la Persona y Dios, San Ignacio indica que: «mucho aprovecha entrar en los Ejercicios con gran ánimo y generosidad» [EE nº 5].

Lo que más importa en los Ejercicios no es ilustrar nuestros conocimientos sobre la fe, «*porque no el mucho saber harta y satisface a la persona, sino el sentir y gustar internamente*» [EE nº 2]. **Los Ejercicios Espirituales son para hacerlos.** Una aventura espiritual que invita a ser vivida desde las claves siguientes:

1. Como INICIACIÓN y CAMINO EN LA FE en los que la persona pueda afianzar su seguimiento a Jesús.
2. Como CONVERSIÓN en la que la persona se disponga a la transformación interior que realiza la gracia de Dios.
3. Como DISCERNIMIENTO en el que se disponga la persona a buscar y hallar lo que quiere hacer con su vida.
4. Como LIBERACIÓN PERSONAL donde se trabaja la integración profunda de la propia vida mediante el diálogo libre con Dios.
5. Como RUTA ECOLÓGICA-ESPIRITUAL en la que se aprende a concretar una mayor *alianza* con la creación.

### **1.2.- Estructura de los Ejercicios Espirituales.**

Los Ejercicios Espirituales han sido organizados por el mismo San Ignacio en torno a la siguiente estructura:

1. Abarcan **un Mes**. De 29 a 31 días.
2. El Mes de EE se compone de **4 Semanas**. Las Semanas **1ª, 2ª, 3ª y 4ª** son unidades vivenciales en torno a un Itinerario de Fe y Compromiso.
3. Los días que abarca cada Semana se deciden en base a lo que requiera cada persona que hace los Ejercicios. Se pueden hacer unas **semanas más largas que otras**. Con frecuencia la 2ª semana es la más larga.
4. Cada día cuenta con **4 ó 5 Ejercicios por día**, más la Eucaristía, el examen del día, y la conversación de acompañamiento (si la hubiera). Habrá menor o mayor número de ejercicios, según el ritmo de la experiencia vivida.
5. **Cada Ejercicio** tiene su propia estructura. Cuenta con varios **momentos (entre 8 y 9)** que van guiando la vivencia personal, y se alargan o se acortan según lo que más aproveche a la persona que realiza los Ejercicios.

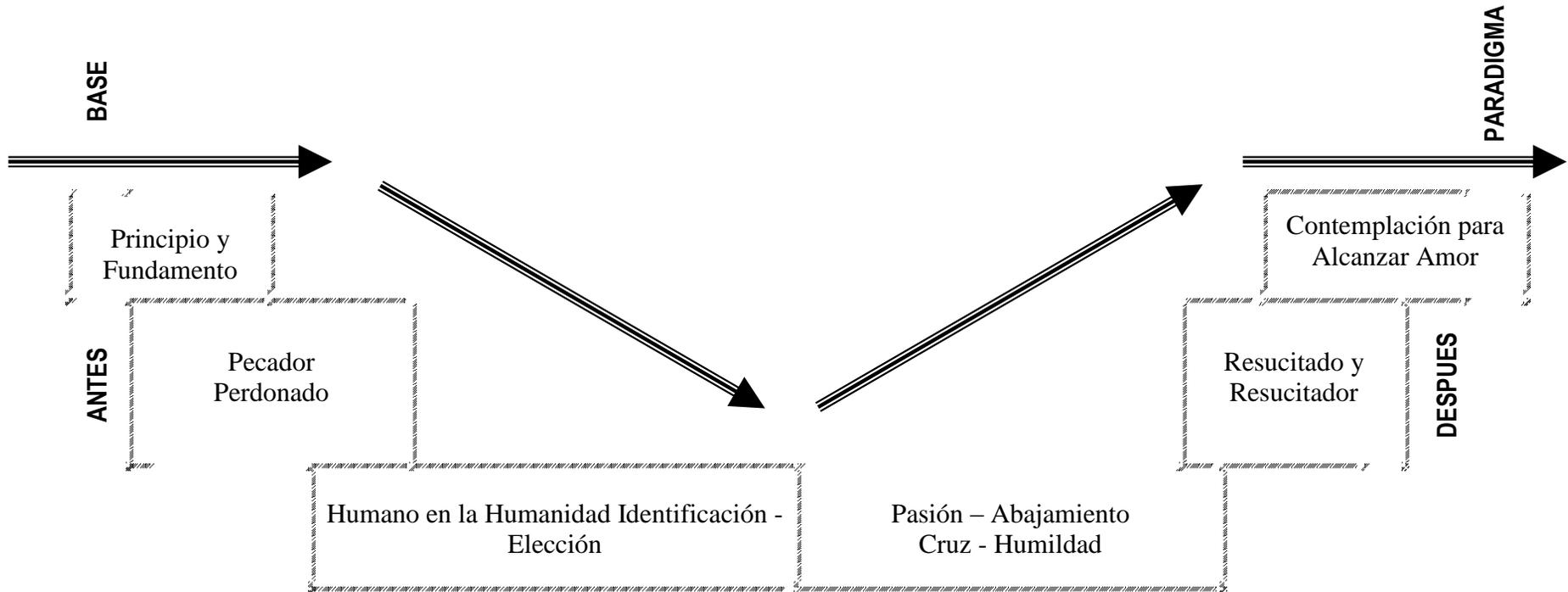
### **1.3.- Modalidades de Ejercicios Espirituales.**

Existen diversas modalidades de hacer los Ejercicios Espirituales:

1. **Mes de Ejercicios**. A lo largo de un mes entero y con apartamiento total para que nada interfiera en la experiencia (EE nº 20).
2. **Ejercicios en la Vida Corriente**. Todo el Mes de Ejercicios realizado a lo largo de varios meses o de un año entero (según ayude). Puede incluir la modalidad de apartamiento total en retiros cortos (EE nº 19).
3. **Ocho (8) días de Ejercicios**, con apartamiento total, abordando los aspectos centrales de los Ejercicios.
4. **Menos de ocho (8) días de Ejercicios**, con apartamiento total, tratando solamente la 1ª Semana y algo de las otras tres semanas, según la disposición de las personas (EE nº 18).
5. **Tres (3) o cuatro (4) días de Ejercicios**, con apartamiento total, abordando una parte significativa de los mismos, con la finalidad de iniciar en los Ejercicios.
6. **Una jornada de 2 ó 3 horas dedicadas a un solo ejercicio**, durante un tiempo conveniente, con la finalidad de profundizar en un aspecto muy concreto y significativo de los Ejercicios Espirituales.

### 1.4.- El Proceso Espiritual en los Ejercicios

SEMANAS	1ª SEMANA		2ª SEMANA		3ª SEMANA		4ª SEMANA	
EXPERIENCIA	El Principio y Fundamento de mi Vida	Pecador Perdonado	Humano en la Humanidad	Elección y Reforma de Vida	Compañero de Cristo	Humildad	Resucitado y Resucitador	Contemplativo en la acción



## 1.5.- Ejes y Componentes de la Experiencia de los Ejercicios Espirituales

	1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA
VIVENCIA (Sentir y Gustar Intermamente)	<ul style="list-style-type: none"> <li>↳ De mi cosmovisión y paradigma que sólo valora el mundo a la cosmovisión y paradigma compartido por quienes ponen en Dios el fundamento de la propia vida.</li> <li>↳ De mi dinámica dañina por el pecado que priva de felicidad, causa sufrimiento y destruye a la persona a la gradual sanación por Cristo Jesús mediante una reconciliación permanente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>↳ De mi pobre calidad y calidez humana sobre todo con los más deshumanizados a una vida personalizada y personalizadora como lo ha vivido Jesús a plenitud en su propuesta del Reinado de Dios.</li> <li>↳ De mi tendencia a vivir programado, pensando lo que voy a hacer en la vida a la decisión de buscar y hallar el modo de una mayor y mejor vida para mí y en beneficio de los demás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>↳ De ser compañeros sin más con los demás a ser compañero con y para los demás como lo ha hecho Jesús.</li> <li>↳ De la prepotencia y autosuficiencia a reconocermme como soy, valorándome con profundidad y sencillez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>↳ De sentirme sin horizonte o con un horizonte sin rumbo a tener un rumbo que oriente y dé sentido a mi vida, descubriéndome resucitado y resucitador.</li> <li>↳ De creer que todo se basa en el puro hacer a saber ser contemplativo en la acción que realizo cada día.</li> </ul>
AYUDAS PARA HACER LOS EJERCICIOS	<p>1.- Cuatro Requisitos:</p> <p>a) <u>Ponerse en Situación de Ejercicios.</u> Se trata de iniciarse en un modo y manera de proceder durante la experiencia.</p> <p>b) <u>Favorecer los Ritmos.</u> Ir combinando el propio ritmo de su vida con el ritmo que le irán exigiendo los ejercicios.</p> <p>c) <u>Valorar y Ponderar los Tiempos.</u> Hacerse con un modo y orden personal que permita avanzar en la experiencia.</p> <p>d) <u>Lectura de la Experiencia.</u> Tomar el pulso a lo que va sucediendo en la propia vida durante la experiencia (Examen).</p> <p>2.- Precisar las pautas y orientaciones de los Ejercicios para tener un buen comienzo.</p> <p>3.- Iniciarse de modo cualitativo en el uso de las Adiciones propuestas por Ignacio y las que se han ido añadiendo como claves de Ejercicios.</p> <p>4.- Algunos textos de la Palabra de Dios que ayudan al tratamiento del Pecado en concordancia con lo que pretende Ignacio en esta 1ª Semana.</p> <p>5.- Acompañamiento Espiritual.</p>	<p>1.- Profundizar en los cuatro (4) requisitos planteados en la 1ª Semana: a) Ponerse en Situación de Ejercicios. b) Favorecer los Ritmos. c) Valorar y Ponderar los Tiempos. d) Lectura de la Experiencia. (Examen).</p> <p>2.- Mayor precisión en las pautas y orientaciones de los Ejercicios.</p> <p>3.- Cuidar que las exposiciones (puntos) sean sencillas y breves. Insistir más en el modo y orden de los Ejercicios</p> <p>4.- Profundizar el Acompañamiento Espiritual, estando atentos al ritmo personal de la experiencia.</p> <p>5.- Hacerse diestro en el uso de las Adiciones, atendiendo las adaptaciones propias de la 2ª semana.</p> <p>6.- Lo concerniente a elección de estado o reforma de vida se trabajan a partir de la contemplación del Bautismo.</p> <p>7.- El ejercitante puede hacer algunas lecturas que favorezcan la experiencia de Ejercicios.</p>	<p>1.- Cuidar que los requisitos planteados en la 1ª y 2ª Semana favorezcan la experiencia y se ajusten a lo que está necesitando el ejercitante.</p> <p>2.- Reducir las pautas y orientaciones.</p> <p>3.- Los Misterios de la Pasión tienen una lógica propuesta por Ignacio: El Señor de la Cruz va en camino, como peregrino a la Cruz. Y el ejercitante va con Él. La divinidad se esconde.</p> <p>4.- Cualificar el Acompañamiento Espiritual. Estando atentos al ritmo personal de la experiencia.</p> <p>5.- Cuidar las adaptaciones de las Adiciones propias de la 3ª semana.</p>	<p>1.- Reducir las pautas y orientaciones.</p> <p>2.- Los Misterios de la Resurrección tienen una lógica propuesta por Ignacio: La resurrección se concreta en las apariciones manifestando espléndidamente la divinidad de Dios a través de los efectos de santidad y bondad propios de la resurrección. El resucitado trae el oficio de consolar al mundo.</p> <p>3.- Cualificar el Acompañamiento Espiritual. Estando atentos al ritmo personal de la experiencia.</p> <p>4.- Precisar las adaptaciones de las Adiciones propias de la 4ª semana.</p> <p>5.- Cuidar que la contemplación para alcanzar amor tenga su tiempo y valoración propia de los Ejercicios.</p>

### 1.6.- ¿Para qué hacemos Retiros y Ejercicios Espirituales?<sup>3</sup>

Muchas veces hemos tenido la oportunidad de hacer nuestro retiro de un día o dos o tres..., y siempre nos ha quedado el deseo de vivir una **experiencia más larga y más profunda** para poder alcanzar mejor los frutos que allí aparecieron. Recordamos que en estos retiros: 1º) disfrutamos la alegría de sentirnos más cerca de Dios; 2º) sentimos una profunda paz dentro de nosotros mismos; 3º) nació la necesidad de comportarnos con más paciencia y comprensión con los demás; 4º) surgió el deseo de crecer en amistad con Jesús; 5º) experimentamos un aumento de fuerza y ánimo para seguir nuestro compromiso; 6º) surgió la necesidad de valorar toda la creación como lugar de encuentro con la vida y con Dios; y 7º) apareció el profundo deseo de “vivir una vida diferente”. Y para que podamos profundizar en estos frutos hará falta experimentar los Ejercicios Espirituales.

**Hacemos los Ejercicios Espirituales:** 1º) para encontrarnos con Dios y dejarnos encontrar por Él; 2º) para educar nuestro corazón y nuestra fe y poder integrar mejor fe y vida; 3º) para lograr la integración profunda de la propia vida por medio del diálogo libre con Dios y poder querer más a nosotros mismos y a los otros; 4º) para profundizar nuestra amistad con Jesús en la familia, el trabajo, la vida como vecinos, etc.; 5º) para encontrar y hallar (hacer) la voluntad de Dios en mi vida; 6º) para apreciar profundamente nuestra *alianza* con la creación, y así mantener una mejor relación con las personas, con la naturaleza y con Dios; y 7º) para ser conscientes en el día a día de lo que Jesús nos dice en su Evangelio: “Yo estoy con ustedes cada día hasta el fin del mundo” (Mateo 28, 20).

## 2.- DISCERNIMIENTO IGNACIANO<sup>4</sup>

El discernimiento es una experiencia humano-espiritual que ayuda a profundizar o modificar el rumbo de la propia vida para despertar a una vida diferente, transformada. Este camino comienza cuando avivamos el profundo deseo de saciar la sed interior de la que está provista toda persona: sed de respeto, afecto, ternura, dignidad, valoración, amistad, solidaridad, comunión, en definitiva, sed de Dios.

A lo largo de la historia de tantos hombres y mujeres hemos descubierto que en determinadas circunstancias la sed interior ha mantenido una pequeña chispa de vida en el sediento, debido a que su misma fuerza va empujando a ir más allá de los muros de sí mismo y más allá de la desesperanza. Porque en la misma sed late la vida, late la búsqueda. Aquella búsqueda a tientas por la existencia que hace clamar: “**Nos hiciste para ti y nuestro corazón andará inquieto hasta que descanse en ti**” (S. Agustín, *Confesiones I,1*).

Muchas veces no sabemos **cómo abrir las puertas, quitar los cerrojos, aceptar el reto, extender las manos, recuperar la risa, desplegar las alas y retomar los cielos** (Mario Benedetti). Cuando avivamos nuestro deseo de transformación nos amanecerá de nuevo. “**De noche iremos, de noche, sin luna iremos, sin luna, que para encontrar la fuente, sólo la sed nos alumbra**” (Luis Rosales).

### 2.1.- ¿Qué entendemos por Discernimiento?

El discernimiento es como el **olfato fino** que permite distinguir lo que es conveniente cambiar de lo que es necesario mantener o profundizar<sup>5</sup>. 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

<sup>3</sup> Cf. HUARTE Ignacio. “Despertar a la vida diferente”. Distribuidora Estudios, Caracas, 2009, pág. 18-20.

<sup>4</sup> Material de Apoyo elaborado para el Módulo 16 del [Plan de Formación Integral Colegios ACSI](#) (CERPE-CEP / 2011)

<sup>5</sup> SOSA Arturo. El Liderazgo Social y Ciudadano (28 Septiembre de 2006).

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<sup>6</sup>.

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<sup>7</sup>.

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.**

Es cierto que habrá momentos en los que haya que decidir algo puntual o hacer una elección concreta, y también para ello hay que usar el discernimiento. Pero el discernimiento como tal no se agota en una elección específica<sup>8</sup>, porque el discernimiento es el olfato fino que nos ayuda a conducirnos en nuestra cotidianidad.

El discernimiento espiritual cristiano se sustenta sobre dos pilares inseparables: uno el **influjo de las mociones**<sup>9</sup> (movimientos, impulsos), **que influyen** en el psiquismo humano. Y el otro, **la figura histórica de la vida de Cristo**<sup>10</sup>.

## 2.2.- Condiciones para el Discernimiento Espiritual

Para que haya discernimiento espiritual hay que trabajar dos condiciones indispensables: **1ª)** la **“libertad de los afectos desordenados”** o **“libertad interior”**, y ello supone tanto la **abnegación del amor propio** y **condicionamiento previo**, como la **relativización del propio juicio**. **2ª)** La otra condición es la **“rectitud de intención”**. A estas dos condiciones o principios se les pueden llamar, "sinceridad y verdad", que a su vez son indispensables para la escucha del Espíritu.

El discernimiento de espíritus tiene simplemente una **función clarificadora** y nada más. Una función que consiste en los tres aspectos siguientes:

- 1ª) La **objetivación del origen de las mociones**: *¿qué me mueve y hacia dónde me conduce?*
- 2ª) La **elección del mejor modo de comportarse frente a lo que provocan estas mociones**: *¿cuál actitud o comportamiento elijo?*
- 3ª) El **equilibrio para atemperar los extremos hacia los que puede inclinarse la persona**: *“ni alzarse ni hundirse”*.

Por este motivo, al discernimiento sólo se le puede pedir:

- 1º) que ayude a consolidar mi **la libertad**,
- 2º) que dé pistas para captar **hacia qué estado de vida me inclino** (soltero, casado, consagrado),

<sup>6</sup> CABARRÚS Carlos, “La danza de los íntimos deseos”, Desclée de Brouwer, Bilbao, 2006. Segunda Parte.

<sup>7</sup> Ídem.

<sup>8</sup> Ídem.

<sup>9</sup> **Mociones**: son los movimientos internos que se producen en la persona bajo el influjo de sentimientos, razonamientos y afectos. Son las pistas que ayudan a conducirse en la vida, a configurar y recrear el camino de crecimiento humano-espiritual.

<sup>10</sup> ARZUBIALDE Santiago. “Discernimiento – Unción del Espíritu y Discretio”. En Manresa vol 70 (1998), pág 231-267.

3º) que arroje luz para percibir **la situación espiritual** en la que me encuentro.

Hay que afirmar que “**el discernimiento es una experiencia personal**”. Se refiere solamente a **la determinación** de las **líneas maestras de la actitud y proceder en la vida** que cada persona va construyendo dentro de sí misma, desde su interioridad. Y en este sentido, el discernimiento es **el ejercicio de la libertad**.

Ahora bien, dada la tendencia inconsciente (en principio natural y buena) del psiquismo humano a “instalarse” en seguridades que terminan por convertirse en auténticas ataduras, entra en juego ese segundo pilar que se menciona al principio de este apartado, que es **la referencia a la figura histórica de Jesús** (para el caso de los cristianos), **o aquellos valores universales** (para los no creyentes). En el discernimiento cristiano, la humanidad de Cristo, su modo de vivir, amar y servir (su modo de proceder), es la referencia objetiva.

#### **El discernimiento implica:**

- a) Capacidad de escucha, de apertura, de búsqueda, de relación y encuentro con los demás. La convicción de que no me lo sé todo, de que mi juicio y opiniones no son siempre los mejores, ni los más correctos.
- b) Conocimiento y dominio de los propios condicionamientos afectivos o ideológicos, ansias de poder, de controlar, de poseer, de figurar. Hacerse consciente de los propios prejuicios que desenfocan, distraen. Darse cuenta de que se es muy sensible a ciertos valores y ciego ante otros; inclinado a ciertas prácticas sociales y no a otras; con determinados intereses que se defienden, pero que no son tan buenos como se cree; muy atento a cómo pueden reaccionar determinados interlocutores y sordo a lo que opinan otros<sup>11</sup>. **A todos estos aspectos, San Ignacio les llama “afectos desordenados”.**
- c) Capacidad de cambio. La libertad para asumir riesgos y prontitud para responder sin que la prudencia anule la valentía que inspira el Espíritu. Capacidad para afrontar situaciones de forma novedosa y creativa, para abandonar estrategias que ya no sirven y optar por nuevas ideas. Todo esto tiene que ver con la libertad, la generosidad y la disponibilidad que la persona tenga o vaya adquiriendo en la vida<sup>12</sup>.

Con el discernimiento la persona puede **buscar y hallar lo que más le conduce a su realización humano-espiritual**. Puede alcanzar mayores niveles de libertad y generosidad. Y puede lograr mayor capacidad de respuesta a los retos que le plantea la vida.

La finalidad del discernimiento espiritual es **aprender a vivir con alegría, con esperanza, como personas, fraternas, solidarias, eficaces, servidoras**. San Ignacio diría que el discernimiento es la base para que la persona viva y se desarrolle guiada por la “*ley interna de la Caridad*” (ley del Amor). Una norma interior capaz de enseñarnos a conducirnos de la mejor manera posible, en el aquí y ahora de las circunstancias concretas de la vida, como persona, como miembro de una familia, como ciudadano y como profesional.

### **2.3.- Herramientas para ayudarnos en el Discernimiento (Reglas que ayudan al Discernimiento)**<sup>13</sup>

En la Vida Espiritual sucede como con la Vida Cotidiana: hay que cuidarla, alimentarla y trabajarla para que alcance una madurez acorde con nuestra edad biológica. Hay quienes se han hecho grandes en estatura, pero su fe es minúscula, empobrecida. Por eso, lo que más ayuda al crecimiento humano-espiritual es el discernimiento. San Ignacio ofrece unas pautas para que nos hagamos expertos en este

<sup>11</sup> Cf. Discernimiento Orante en Común, Provincia de Loyola, Bilbao (2005) p. 11

<sup>12</sup> Idem.

<sup>13</sup> Adaptación de las Reglas de San Ignacio para este Módulo del Plan de Formación Integral de la ACSI.

camino de humanización y divinización que es el discernimiento. En este itinerario, Ignacio distingue dos tiempos: 1) Los que tienen poco camino en la vida espiritual, es decir, los que tienen lo básico de la fe o comienzan a transformar su vida. Y 2) los que han avanzado en la vida espiritual, es decir, quienes han profundizado su fe y quieren progresar hacia una madurez mayor.

## REGLAS de 1ª SEMANA

*[Para los que tienen poco camino, es decir, los que tienen lo básico de la fe o comienzan a transformar su vida]*

Reglas para ayudarnos a sentir y conocer la diversidad de mociones (movimientos) que se dan en una persona: las buenas para recibirlas y las malas para dejarlas de lado. Estas reglas son oportunas para quienes están comenzando a caminar en la vida espiritual. [Cf. n° 313 de EE]

### 1º) DOS SITUACIONES EN LA VIDA HUMANO-ESPIRITUAL

*1.1) Personas que están ESTANCADAS o RETROCEDEN en la Vida Espiritual: (Van de mal a peor).*

**Regla 1:** En las **personas que van retrocediendo fuertemente en la vida espiritual**, es decir, “**de mal en peor**”, se experimentan dos fuerzas contrapuestas: la **destruktiva** y la **de superación y sanación**. **A)** Por un lado, la fuerza destruktiva hace que le vengan comúnmente sensaciones y deseos relacionados con placeres aparentes, con la sensualidad, imaginando deleites con cosas vanas. Todo ello con la finalidad de que la persona no salga de su situación de empeoramiento. **B)** Por el otro lado, la fuerza de superación y sanación procede distinto a la fuerza destruktiva, haciendo surgir la reflexión, la alerta y la toma de conciencia, para que la persona sienta el deseo de cambiar la vida que lleva. Estos pensamientos apuntan a la *sindéresis* de la razón. [Cf. n° 314 de EE].

*1.2) Personas que PROGRESAN en la Vida Espiritual: (Van de bien a mejor).*

**Regla 2:** En las **personas que van avanzando seriamente en la vida espiritual**, es decir, “**de bien a mejor**”, todo sucede de modo contrario a como se da en la situación de retroceso espiritual. La fuerza destruktiva y la de superación y sanación **invierten su influjo**. **A)** Es propio de la fuerza destruktiva hacer que le vengan a la persona razonamientos que inquietan, entristecen, dando lugar a falsas razones (autoengaño) para que la persona no avance. **B)** Mientras que lo propio de la fuerza de superación y sanación es hacer que venga el ánimo, la fortaleza, las consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, haciendo que el camino se haga más a gusto porque se van quitando los impedimentos en el progreso espiritual. [Cf. n° 315 de EE].

**COMENTARIO:** *De lo dicho se desprende que cuando se comienza en la vida espiritual, hay que estar atentos a los pensamientos, sentimientos, imaginaciones y deseos que surgen, porque ellos pueden darnos pistas para saber hacia cual dirección estamos encaminados. La persona puede estar direccionada hacia dos horizontes: uno, el de realización humano-espiritual (de la mano de Dios), y otro, el de deterioro como persona (de la mano de la fuerza destruktiva).*

### 2º) ¿QUÉ ES LA CONSOLACIÓN ESPIRITUAL?

*La Consolación Espiritual es un movimiento que surge en el interior de la persona. Para San Ignacio existen 3 formas de experimentar la consolación espiritual.*

**Regla 3:** Hay **3 tipos de Consolación Espiritual:**

1. Hay **Consolación** cuando la persona **experimenta espontáneamente un amor intenso y limpio** por la vida, por el mundo, por las personas, que la hace sentir profundamente humana y hermana, comprendiendo que esta forma de amar sólo surge de Dios.

2. Hay **Consolación** cuando la persona **experimenta profundo dolor por amor a Dios**, ya sea por arrepentirse del daño o mal que ha causado, por el sufrimiento en el mundo, o por otra cosa buena que tenga que ver con la alabanza y gloria de Dios.
3. Hay **Consolación** cuando la persona **experimenta aumento de esperanza, de fe y de amor**. También, cuando se siente **pacificada o serena** por las noticias o informaciones que le llegan de fuera a lo más interno de su alma, atrayéndola a las cosas de Dios y a su propia sanación personal. [Cf. n° 316 de EE]

### 3º) ¿QUÉ ES LA DESOLACIÓN ESPIRITUAL?

*La Desolación Espiritual también es un movimiento. Pero San Ignacio considera que puede surgir tanto del interior de la persona como venirle de fuera. Para él hay también 3 tipos de Desolación.*

**Regla 4:** Fundamentalmente la desolación espiritual es todo lo contrario a lo que es la consolación espiritual.

1. Hay **Desolación** cuando la persona experimenta oscuridad, se siente turbada, dispersa.
2. Hay **Desolación** cuando la persona se siente inclinada a cosas bajas, o está inquieta, agitada y/o tentada.
3. Hay **Desolación** cuando la persona está movida a cualquier tipo de infidelidad, invadida por la pereza, sin esperanza, sin amor. Tibia, triste y como separada de Dios.

Porque así como la consolación es contraria a la desolación, de la misma manera los pensamientos, sentimientos, imaginaciones y deseos que salen de la consolación **son contrarios** a los pensamientos, sentimientos, imaginaciones y deseos que salen de la desolación. [Cf. n° 317 de EE]

### 4º) ¿QUÉ HACER EN LA DESOLACIÓN Y EN LA CONSOLACIÓN?

#### 4.1) ¿Qué hacer en Desolación Espiritual?

**Regla 5:** En tiempo de desolación **nunca hacer mudanza** (*no cambiar la decisiones tomadas*), sino estar firme y constante en los propósitos y la determinación que se tenían antes de la desolación.

Porque así como en la consolación estamos bajo el influjo de fuerzas de superación y sanación, así en la desolación estamos bajo el influjo de fuerzas destructivas, con cuyos consejos no podemos acertar. [Cf. n° 318 de EE]

**Regla 6:** En desolación aprovecha mucho **actuar contra la misma desolación en el mismo campo donde la desolación está afectando**. Por ejemplo: estar más tiempo en la oración o meditación, examinarnos (*revisarnos*) mucho más y practicar aquel tipo de penitencia que sea conveniente. [Cf. n° 319 de EE]

#### 4.2) La Desolación es una Escuela para Madurar en la Vida Espiritual.

**Regla 7:** [*Creer en estima y confianza en sí mismo y en Dios*]. Al que está en desolación **le viene bien considerar cómo está siendo probado en sus capacidades humanas**, para que aprenda a resistir a las diversas agitaciones y tentaciones; porque **en su interior sigue contando con la gracia de Dios que nunca lo abandona** aunque claramente no lo sienta, ya que Dios le ha retirado su mucho fervor, su crecido amor y la intensidad de la gracia, pero **le ha dejado lo suficiente para que por sí mismo salga adelante**. [Cf. n° 320 de EE].

**Regla 8:** [*Aprender el arte de la paciencia*]. El que está en desolación **aproveche para aumentar su paciencia**, que es contraria al desorden, descontrol o desánimo que experimenta, y **piense** que la consolación vendrá con tal de que ponga los medios como está dicho en la 6ª regla. [Cf. n° 321 de EE].

**Regla 9:** *[Reconocer mi negligencia, asumir la prueba, vivir la gratuidad y dejar a Dios ser Dios].*

Hay **tres causas por las que nos hallamos desolados:**

1. Por ser **tibios, perezosos o negligentes** en nuestros ejercicios espirituales, y así por nuestras faltas se aleja la consolación espiritual de nosotros (*Conviene pues aprender esta regla básica*).
2. Por **probarnos** para que así **nos hagamos resistentes** en la vida del espíritu. Y para que **aprendamos a ponderar** hasta dónde llega nuestro servicio y nuestra fe **cuando no sentimos la presencia de Dios en nuestra vida**.
3. Por **darnos verdadera información y conocimiento para que internamente sintamos:**
  - que **no depende de nosotros** tener más devoción, amor intenso, lágrimas, ni consolación espiritual alguna, **sino que todo es don y gracia de Dios**.
  - que **en cosa ajena no pongamos nido** (*no adueñarnos de lo que es de Dios*), porque daríamos lugar a la soberbia o vanidad espiritual, atribuyéndonos a nosotros mismos la devoción o cualquier otro aspecto de la consolación espiritual. [Cf. nº 322 de EE]

#### **4.3) La Consolación también ayuda a Madurar en la Vida Espiritual.**

**Regla 10:** *[Aprender a apertrecharse en el camino].* El que está en consolación piense cómo se hallará en la desolación que después vendrá, **tomando nuevas fuerzas para entonces**. [Cf. nº 323 de EE]

**Regla 11:** *[Aprender el arte de combinar humildad y magnanimidad].* Al que está **en consolación** le ayuda mucho **pensar lo poco que es cuando está bajo el influjo de la desolación**. Por eso, **cuando se sienta consolado vívalo con humildad**. Y por el contrario, cuando se está **en desolación** ayuda **pensar que puede mucho con lo que es él mismo** y así resista a las tristezas o tentaciones, tomando fuerzas en Dios. Por eso, **cuando se sienta desolado vívalo con magnanimidad**. [Cf. nº 324 de EE]

### **5º) OTRAS AYUDAS PARA AFRONTAR LAS DIFICULTADES O TENTACIONES EN LA VIDA ESPIRITUAL**

#### **5.1) La dificultad espiritual y la tentación desaparecen cuando se las enfrenta con valentía y firmeza**

**Regla 12:** El enemigo se hace fuerte con el débil y débil ante el que es fuerte. Porque, así como es propio del que riñe con mucho estruendo y a voz alzada huir cuando el contrincante le muestra mucho rostro; así mismo, la dificultad o tentación se debilita y empieza a desaparecer cuando la persona le hace frente con valentía y firmeza. Pero si por el contrario, es uno quien se debilita, empezando a tener miedo o a desanimarse, entonces la dificultad o tentación se agranda de forma desmesurada y dañina. Por eso conviene **hacer lo diametralmente opuesto** a la dificultad o tentación que se experimenta.

#### **5.2) La dificultad espiritual y la tentación se debilitan cuando se las descubre ante quien pueda ayudarnos.**

**Regla 13:** La dificultad espiritual y la tentación **quieren mantenerse ocultas y no ser descubiertas**. Porque, así como quien habla mal de los demás o actúa con doble intención, requiere que sus palabras o actuaciones se mantengan en secreto y se incomoda cuando es descubierto, ya que no se saldrá con la suya; así mismo, la dificultad espiritual y la tentación hacen mucho daño cuando se mantienen ocultas. Pero si la persona **conversa con transparencia** con alguien que sepa de vida espiritual o con quien le pueda ayudar, rápidamente comienza a sentirse con paz y serenidad, porque se desvanecen los engaños y la maldad.

*5.3) La dificultad espiritual y la tentación se evitan si fortalecemos lo que está débil en nosotros.*

**Regla 14:** La dificultad espiritual y la tentación se parecen al contrincante que ataca para vencernos. Porque, así como un contrincante se asegura de cuánto puede, mirando las fuerzas o disposición del contrario para combatirlo por la parte más débil; de la misma manera, la dificultad y la tentación **se aprovechan de la debilidad** que tengamos **en las virtudes teologales y cardinales o morales**<sup>14</sup>, y por ahí nos agarra para vencernos y destruirnos.

**Finalmente, estas reglas o ayudas para el discernimiento, contribuyen a que descubramos la confianza y la esperanza que Dios da con su amor, para que seamos libres frente a las seguridades humanas en las que muchas veces deseamos «instalarnos», que son en definitiva, el único obstáculo al verdadero amor. Por esta razón, siempre que se da una experiencia de discernimiento, asistimos a la maduración de la libertad frente a los poderes de este mundo. Para la fe cristiana lo más definitivo del discernimiento es «la libre disposición de sí mismo» para amar más allá de toda compensación o seguridad.**

---

<sup>14</sup> **Virtudes teologales:** fe, esperanza y caridad. **Virtudes cardinales o morales:** prudencia, fortaleza, templanza y justicia.



**Programa de Formación Pastoral**  
**Obras Educativas de la Provincia de Venezuela**  
**Itinerario 2 - Módulo 5**  
**“ESPIRITUALIDAD IGNACIANA II”**

**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 “Comenzar sin miedo nuestro camino de Conversión”?
- 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 II”

### 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]

EXCELENTE	<input type="checkbox"/>
BUENO	<input type="checkbox"/>
SATISFACTORIO	<input type="checkbox"/>
INSATISFACTORIO	<input type="checkbox"/>

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