

EL DISCERNIMIENTO ESPIRITUAL¹

1.- Introducción General.

Algunos ejemplos a nivel personal: ¿me meto o no en política?, ¿trabajo más horas o no en un hospital estatal, como médico?; ¿aceptaré o no ser dirigente en la Fundación?. Todo esto requiere tiempo, energía, dinero, etc. Otros a nivel comunitario: ¿Cuáles son las mejores personas para ser coordinadores en este tiempo? ¿Cuáles son los pasos para ser verdaderamente una comunidad parroquial en salida?

¿Qué has notado tú, respecto a tu experiencia de tomar decisiones en esta etapa de tu vida?. ¿Cómo optas tú?, ¿cómo decides las cosas?, ¿cómo haces tus decisiones, grandes o pequeñas?, ¿qué modos usas?, ¿qué medios usas más?. ¿Cómo experimentas tú, de modo consciente, el movimiento de los Espíritus: del Buen Espíritu que es el Espíritu de Jesucristo y del mal espíritu, que es el espíritu del mundo, mundano. ¿Cómo vives tú la libertad interior tan necesaria para todo esto?.

1.2. ¿Qué es el Discernimiento Espiritual?

Discernimiento Espiritual dice relación a vida espiritual, a vida cristiana. La vida espiritual es la vida del Espíritu, del Espíritu de Jesús; no de cualquier espíritu o de una energía englobante del universo sino del Espíritu de Jesucristo. De esto hablamos cuando hablamos del Espíritu. No es una presencia vaga, para nosotros, los creyentes en Jesús de Nazaret, vivir en el Espíritu, una vida espiritual; es hablar del Espíritu Santo, del Espíritu de Jesucristo, que nos regala el Padre. Es vida, porque abarca todas las dimensiones y todo el desarrollo del ser humano. Es espiritual, porque es una manera de entender, es una manera de vivir concretamente el Evangelio, nacida de una experiencia particular de Dios, o mejor, del Dios de Jesucristo.

Los laicos comprometidos deben ir adquiriendo una pedagogía apropiada para aprender estas vivencias de vivir en profundidad el evangelio es leer, y acoger, a la persona de Jesucristo y a su Evangelio, en su totalidad, con una sensibilidad particular es el carisma (gracias de Dios), don de Dios a su Iglesia. Vivir en el Espíritu es un modo de vivir, que empapa todo mi ser y toda mi historia. Es una manera de sentir, una manera de percibir, una manera de relacionarme. Espiritualidad no es algo etéreo que tiene que ver con algunos momentos cuando participo en una celebración litúrgica. El Discernimiento Espiritual tiene que ver con toda la vida cristiana, con esta vida en el Espíritu.

¹ Documento realizado por el Padre Eddie Mercieca sj, para acompañar la reflexión de la Iglesia en el IX Sínodo de Santiago.

En la búsqueda de la voluntad de Dios en mi vida, en la vida de mi movimiento, de la Iglesia, de mi país, del mundo, de la historia; voy dándome cuenta de los dos espíritus trabajando e influyendo en mí, en la realidad: el Buen Espíritu y el mal espíritu. Es estar sensible, estar alerta, estar más consciente de lo que pasa. **El Buen Espíritu que me incita a abrirme, a construir amor y solidaridad, a salir de mí mismo, a relacionarme con Dios, a gozar con Dios. El mal espíritu es el que me lleva a la autosuficiencia, a todo lo que es encerrarme, a tenerme a mí mismo como punto de referencia primero y último, al egoísmo, a alejarme de Dios, a sentir asco en las cosas espirituales.**

El Discernimiento Espiritual me ayuda a descifrar, a discernir, a separar. La palabra decidir viene del latín *decidere* que es cortar, separar. **Aprender a descifrar, a distinguir estos dos espíritus**, el Espíritu del Señor y el espíritu mundano, y a seguir al espíritu de Jesucristo aunque cueste. En medio de esta lucha que San Pablo llama del pecado, la carne, y el Espíritu. Cuando Pablo habla de carne no está hablando del cuerpo, está hablando de toda mi persona, cuerpo y alma, todo lo que yo soy, movido por el mundo, por lo mundano. Y cuando habla de Espíritu él habla de todo mi ser, cuerpo y alma, atraído por Dios, mi totalidad. En medio de esta lucha se trata de estar atento a lo que pasa fuera y dentro de mi interior, aprender a distinguir y seguir la voz del Señor. "Examinarlo todo y quedarse con lo bueno" (Tes. 5, 21). También en Lumen Gentium 12 se habla de esta lucha que todos vivimos a través de toda la historia del hombre.

El D.E., cabe afirmar, no se reduce a un mero juicio prudente. "Esta señora tiene muy buen juicio". Bendito sea Dios pero eso por sí sólo no es D.E. Tampoco se reduce el D.E. a una vida humanamente sana, equilibrada, ni tampoco al puro sentido común, o al puro sentido práctico. **El D.E. supone tener una mirada de la realidad**, y esto ojalá con realismo -de ahí la importancia del conocimiento de mí mismo y del contexto del análisis de la realidad-, pero es mucho más que eso. **Es más bien ese esfuerzo por verlo y sentirlo todo desde Dios.** Es preguntarme una y otra vez, al decir de Alberto Hurtado, "¿Qué haría Cristo en mi lugar?". Es desarrollar un sexto sentido para darme cuenta, para caer en la cuenta de lo que el Señor me está mostrando, de lo que el Señor me quiere decir. Es crecer en sensibilidad, al paso de Dios por mi vida, al paso de Dios por la historia. Por eso que el D.E., antes que nada, es una gracia que brota de una experiencia de Dios en Jesucristo.

1.3. Hay diversos tipos o ámbitos de D.E.

Esta búsqueda de la voluntad de Dios, esta sensibilidad a lo que pasa en mi y fuera de mí, a los signos de los tiempos, al actuar de Dios, se lleva a cabo en varios ámbitos. Está el Discernimiento Personal, de lo que vamos a hablar aquí, está el Discernimiento Comunitario, en un grupo pequeño o un grupo mediano, está el Discernimiento Eclesial. El Sínodo de Santiago ha sido eso, un Discernimiento Eclesial. Está el Discernimiento Social, el Discernimiento Político. Estamos siempre hablando del Discernimiento Espiritual, que es mirar todo esto desde la mirada de

Dios. Sentir y pesar, sopesarlo todo desde nuestra fe cristiana; buscar y hallar para poder realizar la voluntad de Dios.

- El Discernimiento Personal dice relación a mi vocación **crística**, a mi misión con sus dinanismos, dentro de la historia de salvación, que me toca vivir aquí Y ahora.
- El Discernimiento Comunitario supone la comunidad que comparta y busque el sentir profundo común en cuanto al proyecto de Dios para ella.
- Discernir lo sociocultural o lo sociopolítico, es primero convertirme a la realidad, indagando los signos de los tiempos, las semillas, los vestigios del Reino en el mundo de hoy y en esta historia que es nuestra y que tenemos que querer; en esta cultura emergente que tenemos que amar para poder discernirla y salvarla. Pero en lo cultural y lo social proceder por mero descarte como solemos hacer no es digno de un cristiano maduro. Requiere un discernimiento, muchas veces difícil, porque la realidad personal, comunitaria, social, eclesial, suele ser compleja y ambigua.

1.4. Niveles en el Discernimiento Espiritual

El D.E. para un cristiano maduro o una comunidad conscientemente comprometida de su misión, integra tres dimensiones: *el nivel del ser, el nivel del saber hacer y el nivel del saber*. Las tres cosas relacionadas. Una cosa es tener la merced decía Teresa de Avila, tener la experiencia de Dios, otra gracia es tener la merced de poder verbalizarla y la tercera gracia es poder contagiar esta merced y esta gracia que recibo a otras personas. *Ser, saber hacer, saber*.

- El nivel del **ser** es un espíritu, es una actitud, es una mentalidad. "Tengan **la** mentalidad de Jesucristo", decía Pablo.
- El nivel del **saber hacer** es un modo de proceder, un modo de caminar, un modo práctico de llevar a cabo el D.E., personal, comunitario, eclesial, sociopolítico, etc.
- El nivel del **saber**, como su nombre lo indica, es saber de qué se trata.
 - Es saber también cómo discernía Jesús, cómo discernía María.
 - Saber el fundamento bíblico del **D.E.**.
 - Saber los distintos tipos del discernimiento, etc.

El saber hacer, el procedimiento, el manejo de grupos, la tecnología pastoral; sin el ser -sin el Espíritu- es un cuerpo sin alma. Si no hay una actitud discerniente interiorizada y vivida, ese deseo de búsqueda, esa búsqueda de la voluntad de Dios en mi vida, en mi familia, en mi trabajo, en la Iglesia; si no hay disposición honda para acoger, para conocer y llevar a cabo el Plan de Dios es inútil *el* proceso de discernimiento. Aquí no se trata de talleres de simulación, o de algo mecánico. El proceso de discernimiento personal o comunitario no es ni mágico ni automático. *Es*

el fruto del Espíritu del Señor, buscado conscientemente, acogido con amor hasta las últimas consecuencias.

Sin el Ser, poco servirían los talleres y los métodos. Sin Espíritu *de* Discernimiento, sensibilidad del paso del Señor por la vida, no se puede discernir personalmente. Sin experiencia personal de discernimiento es muy difícil que haya comunidad discerniente, y sin comunidades discernientes tampoco tendremos una Iglesia que discierne, una Iglesia con antenas a los soplos del Espíritu.

El saber hacer sin el ser es un cuerpo sin alma, pero el saber hacer no se adquiere como algo natural; es preciso un proceso de aprendizaje donde uno se familiariza con procedimientos, ejercicios de apoyo, etc.

Los tres niveles (ser, saber y saber hacer) son importantes. Lo más hondo, fundamental y fuente, que tiene que estar presente al inicio, durante y al final del proceso es el Espíritu, el *Ser*. Pero el *Saber Hacer* es una ayuda tremenda, y no hay que despreciarlo; y el *Saber*, para personas que quieren ser multiplicadores y evangelizadores es muy importante también, ser capaz de "dar razón de nuestra esperanza"(1Pe 3, 15).

2. Condiciones para que pueda haber D.E.

¿Qué condiciones tiene que haber para que haya D.E.? No estoy hablando de actitudes, de eso hablaremos después. Más bien de condiciones de posibilidad para esta vivencia en el Espíritu.

2.1. Haber experimentado -pensando en el Discernimiento Personal-, ***la acción de Dios en la vida***, en mi vida. Sin esta vivencia de fe, sin esta experiencia de Dios vivo, del Dios que habla, del Dios que actúa, del Dios que llama, no tendría sentido hablar de D.E.

El D.E. supone que nuestro Dios no es mudo sino que se comunica con nosotros; que le encanta hacerlo, y no solamente eso sino que tiene un proyecto importante para nosotros. Darnos cuenta cuándo habla, cómo habla, los signos, la realidad, la palabra de Dios, la Iglesia. *Discernir en la fe, lo que nos quiere decir, supone la experiencia de Dios, de haber sido tocados, ojalá con experiencias fundantes.* Todos los creyentes tenemos esa experiencia de un modo u otro, alguna experiencia cumbre, alguna experiencia mística, de un encuentro tu a tu, sin intermediarios. Cuando Dios te tocó.

2.2 A partir de mi experiencia del Señor, de mi experiencia comunitaria y de Iglesia, ***ir de a poco dándome cuenta que la historia de la humanidad no es una línea paralela a la historia de salvación, que la historia del hombre es la historia de salvación y que ahí se inserta mi experiencia personal.***

Esta mirada, esta sensibilidad, convierte mi actuar y mi vivir en una misión *en* la construcción del Reino. Mi proyecto se insertará en el gran proyecto de Dios. De

ahí su sentido, la urgencia del D.E. "¿Qué está haciendo usted?" le pregunta un caminante a un señor que estaba trabajando picando piedras. "Estoy picando piedras", "ay usted, qué está haciendo?" le preguntó al obrero que estaba al lado. "Yo estoy aquí trabajando para ganar unos pesos"; y el tercero dijo "Yo estoy construyendo una Catedral". El cuarto: "Yo estoy tallando cosas que se van a poner en la punta de la cúpula". "Pero eso no se va a ver" le dicen; y contesta "pero Dios lo verá, Dios lo verá". Cada uno va insertando lo que va haciendo en un proyecto más grande, la historia humana, la historia de salvación, la construcción del Reino en el camino de la vida.

2.3. Ir creciendo en la conciencia de mi vida espiritual, ir creciendo en la conciencia de mis procesos interiores y de la capacidad de nombrarlos, de verbalizarlos. Yo no conozco una persona creyente que no ora, se puede orar incluso a un Dios ausente, u orar enojado, pero todos oramos; se ora en el dolor, o en la alegría. Pero lo que sí reconozco es que la mayoría de los cristianos no saben cómo oran, nunca se preguntaron cómo oran. La conciencia de mi vida interior, saber qué está pasando en mí. Esta es una condición indispensable para discernir. Yo creo que la mayoría de los cristianos no crecen en su fe por esto. Sin tener conciencia de lo que está pasando en mí y ojalá poder decirlo, no vamos más allá de una vida moral de buena persona.

La experiencia de Dios en mí, en el mundo, es vivida no como acontecimiento aislado. Para discernir necesito captar, cómo y de dónde empieza la moción². Cómo nace la inspiración y el deseo. Cómo sigue y cómo termina. Porque hay cosas que empiezan bien y terminan fatal. Entonces hay que ver cómo sigue y cómo termina. Al fin y al cabo la gran prueba de un buen discernimiento son los frutos. **Fijarse bien a dónde apunta el proceso.** Es el conjunto de los efectos de la acción del Espíritu en el tiempo, en nosotros, o en el grupo si estamos discerniendo en grupo, que es indicador de una acción discernida. Esto se aprende: la toma de conciencia, el estar atento a los procesos interiores, saber nombrarlos, todo esto es importante.

Con el discernimiento aprendo a discriminar, a separar, el trigo de la cizaña, **lo que es de Dios y lo que no es.** Reconocer los elementos que están ahí presentes. Pesar de una manera consciente el procesamiento, no solamente de lo que me pasa a mí biológicamente o psicológicamente, sino *lo que me pasa en mi conciencia espiritual.* Donde veo mi vida interpreto mis movimientos interiores a los ojos de Dios, bajo su acción. Me debo preguntar si los sentimientos y movimientos que experimento me llevan a la dirección de Dios. *La direccionalidad es fundamental en todo esto:* guía sus proyectos o, por el contrario, me aleja. Esto no es ni magia ni una cosa automática. Es una experiencia de fe cristiana, profunda, que quiere hacerse carne en un estilo de vida, en opciones concretas, que quiere aprender a caminar. **El sentido entonces del origen, el sentido de la dirección y el sentido del fin. Orientar nuestras acciones para llegar a Dios.**



² Moción: Movimiento interno.

2.4. **Desear y querer de verdad discernir. Poner los medios.** No querer una cosa a media tinta, sino descubrir, acoger y realizar la voluntad de Dios en mi estado de vida y en las opciones que se me presenten.

Para discernir hay que querer hacerlo. No es así no más. Esta no es una moda, aunque la palabra discernimiento parece que está de moda. *Es querer vivir más allá de una vida sana, de una vida correcta.* Hace muchos años atrás una señora sencilla me dijo: "Yo y mi marido somos muy buenos católicos, no molestamos a nadie ni nadie nos molesta." Esa fue su definición de buenos católicos. El día que esa señora descubra lo que estamos hablando, empezará a darse cuenta que el cristianismo molesta a medio mundo y que se deja molestar. "Está muy bien no hacer el mal, pero está muy mal no hacer el bien" (Padre Hurtado). El discernimiento descentra y hace trascender.

En el fondo querer discernir es querer entrar en los planes de Dios. Y esto activamente, queriéndolo. No sólo aceptando con resignación lo que pasa, lo que ya es mucho, sino buscando con todas mis fuerzas, inteligencia, afectividad, voluntad, lo que el Señor quiere, y disponerme a ello. *Aquí la pereza, la duda y, sobretodo, el miedo,* que paraliza tanto el alma, estas tres cosas que se dan muchas veces inconscientemente, son los grandes enemigos de querer discernir de verdad la voluntad de Dios, a fondo. Suelen ser estos enemigos ocultos, mucho peor que el orgullo y el egoísmo, que son enemigos más a la vista y que uno se confiesa de ellos. La decisión, la opción profunda hecha en Dios, es casi siempre dolorosa, pero saludable, como la cirugía. Optar es siempre renunciar a la vez.

III.- Actitudes necesarias para un D.E.

3.1. La libertad interior. Como actitud es la más difícil, la más profunda, lo más ansiada por nosotros. La disponibilidad. Lo que más me cuesta. Lo que hay que trabajar siempre. Porque no es cosa de decir "estoy listo". La próxima semana hay que volver sobre ello porque las ataduras nos acompañan. La mezcla que llevamos dentro. Casi siempre tenemos sombras de motivos, de motivaciones oscuras. ¿Quién no las tiene?. ¿Hay alguien que pueda levantar la mano, diciendo que sus motivaciones son totalmente puras? Así somos los humanos. *Siempre hay lugar para purificar mis motivaciones, mi libertad interior.* Pero al mismo tiempo esto no debe ser motivo para no avanzar, o para decir hasta aquí no más. Esto de la libertad interior es tal vez el talón de Aquiles del D.E. Siempre va a haber trabas en nuestro D.E. En nuestro itinerario espiritual nosotros queremos obedecer al Espíritu de Cristo, pero hay otro espíritu que también trabaja siempre en nosotros, que viene, algo en nosotros resiste hay cierta lucha. Nunca el D.E. elimina del todo cierta ambigüedad. Me atrevo a decir esto. La reduce sí. *Y me hace crecer en confianza en el abandono en Dios.* Pero la ambigüedad casi nunca se borra totalmente. Aquí la palabra clave en cuanto a la libertad interior es *¿cuál es la locomotora de mi motivación?* Los frutos hablarán.

3.2. Intuir el Misterio Pascual. Estar dispuesto a caminar más allá de la razón y del cálculo humano.

Hay que analizar y hay que conocerse. Hay que hacer dinámica de grupo y prepararse. Análisis de la realidad, todo lo que quieres. Es necesario hacerlo y ojalá bien, ojalá científicamente también, ayudado por las ciencias. Pero a la vez estar *dispuesto a ir más allá de la razón y del cálculo humano, a la luz del Misterio Pascual de Jesucristo*. Quien no ha caminado con Jesús hasta Jerusalén, quién no ha integrado en su vida la Cruz, todavía hay un peldaño importante que hay que integrar para discernir bien. No siempre lo más exigente necesariamente resulta ser lo que me pide el Señor, no. A veces me pide cosas muy agradables, y cuando eso pasa ¡fantástico! Que mejor que cuando uno descubre que lo que el Señor me pide hacer en mi vida me gusta mucho ¡fantástico!. No hagas como algunos cristianos que empiezan a sentirse mal por estar bien ¡no pues! Si estás bien, si estás sirviendo al Señor, con contentamiento, bendito sea Dios. Esa debe ser nuestra condición natural más permanente, vivir en consolación. Quiere decir vivir sabiendo que el Señor está conmigo, vivir sabiendo que el Señor me bendice. Pero no siempre es así, y a veces, no resulta fácil lo que pide el Señor. En mis discernimientos espirituales debo estar también preparado a ir más allá de lo que me gusta, de mi tincada y del cálculo humano.

¿Cómo vivir la fe en un eterno arte de regateo con Dios? ¿Por qué a mí? ¿Por qué así? ¿Por qué ahora? Siempre mañana, aplazando las conversiones. Señal de la entrega total no es sólo la paz honda, desde el Misterio Pascual sino también cuando en ti se movilizan todos tus recursos. Todos tenemos experiencia de esto, poco o mucho. Se movilizan todas las fuerzas. En el juego a medias esto no se da.

3.3. Estar abierto a otros discernimientos.

"Qué bueno, voy a hacer este discernimiento y se acabó, estoy listo". No señor. Quien se atreva a hacer un serio D.E. que se prepare porque esto abre las puertas a otros, como las moradas de Santa Teresa. Vas abriendo la otra puerta y tienes que estar dispuesto a ello. Estar abierto a otros discernimientos en el camino una vez tomada la decisión. Hay discernimientos que son de por vida. Esto es así por muchas razones, pero también porque uno crece en intimidad con el Señor y en amor al mundo.

3.4. Vivir en un clima discerniente.

Quien nunca vive una mentalidad, un sentir, una sensibilidad de alerta, de estar atento a, detener ese sexto sentido le sería difícil discernir en el Señor, así de repente. Para hacer un discernimiento una actitud importante es vivir en un clima, en una ecología discerniente. Sin una ecología discerniente no se puede hacer discernimiento. Muy importante. Esta es verdad de ti, es verdad de tu comunidad, es verdad de tu movimiento, es verdad de nuestra Iglesia.

IV.- Tres tiempos-espacios para vivir el D.E.

Para esto me inspiro en San Ignacio de Loyola (N° 175, 176, 177 EE.EE.).

4.1 Un primer tiempo es esa experiencia de Dios movida por Dios, de tal manera que no puedes dudar de lo que tu quieres hacer. Muchos de nosotros hemos tenido alguna vez esta experiencia. Sentirse movido por Dios de tal manera que la totalidad de tu ser está impregnada y que no tienes la menor duda de la misión. Es una mezcla de intuición, experiencia mística, llamado, aceptación, todo junto. Esto pasa. Conozco a un sacerdote, que es muy buen sacerdote que decidió su vocación y que no era nada de muy beato ni mucho menos. En una sola tarde, en un par de horas, mirando el fuego de una chimenea. El lo tenía todo claro, y listo, ya podía ir. Y ya es sacerdote por muchos años. Es un caso un poco fuerte, pero nos pasa también a nosotros. Es lo que San Ignacio llama la consolación sin causa (EE. n°330). Sin causa porque no es algo mediado, sino inmediato. La luz viene de lo alto, iluminación por el Espíritu Santo. Dios obra tan íntimamente en ti que lo que el te pide se te hace claro, y al mismo tiempo irresistiblemente fuerte. Es como un instante divino, una experiencia imprevista que al mismo tiempo da certeza y seguridad. Este es el discernimiento más corto, evidentemente. Ojo, cuando esto pasa lo que sigue después no es inmediato. Es la opción inmediata, y eso no hay duda, no hay que discernirlo más cuando es así. Pero lo que sigue, ahí si que hay que ir discerniendo.

4.2. Un **segundo tiempo**, ocasión, lo más común tal vez), es lo que llamamos D.E. por medio de mociones espirituales: ir pasando de experiencias de desolación y experiencias de consolación. **Consolación** no es sentirte bien, es sentirte bien al acercarte a Dios. No es simplemente una moción o una alegría psicológica, es todo esto pero lo supera. Es una moción interior, profunda, con la cual la persona se siente dispuesta a amar y a servir porque siente con profundidad el amor del Señor. Hay consolación cuando todo lo que me lleva a Dios se me hace fácil, cuando todo lo que me lleva a un servicio mayor a mis hermanos se me hace fácil y apetecible, y a veces hay consolación en el dolor mismo. "Pocas veces me he sentido tan cerca de Dios este año que este par de horas en este corredor esperando que termine la operación de mi hija", me dijo un amigo hace poco. "Sabes que más, lo tuyo se llama consolación espiritual en el dolor, porque te lleva a Dios. Y una paz y un equilibrio difícil de adquirir porque son regalo de Dios".

Y la **desolación**, al revés, lo contrario, es la oscuridad, la tentación, todo lo que me lleva a Dios se me hace difícil, todo lo que me lleva a Dios se me pinta como feo y forre, y todo lo que me lleva a abrirme y hacer el bien, también, sin ganas, y a veces hasta con depresión. La desconfianza. Uno se vuelve perezoso, miedoso, tibio, alejado de su Creador. Pues bien, este segundo momento para discernir es ir pesando: consolación y desolación. Ir pesando los movimientos interiores que yo vivo dentro.

Es el D.E. a través de las mociones. En el fondo, y en esto San Ignacio ha sido un Maestro -no el primero, pero me atrevo a decir que el último más decisivo en la Historia de la Iglesia-, él toma tan en serio a Dios y toma tan en serio al hombre que toma muy en serio lo que pasa en tu interior como fruto de lo que Dios hace en ti. Ignacio es alguien que confía en la experiencia, cree en ella. Pero ojo, tu puedes engañarte. Por eso que necesitas alguien que te ayude. Y por eso necesitas ir viendo cómo te sientes frente a esta opción que vas a hacer, qué es lo que te da consolación, cómo empieza, cómo sigue, cómo termina; qué es lo que te hace sentir mal, etc. Es el tiempo de gracias actuales, de consolación con causa, para ir viendo la experiencia de desolación y de consolación en el tiempo y ojalá ayudado por alguien.

4.3. Y por fin, un **tercer momento** que es un tiempo tranquilo. No he tenido una experiencia fulminante de Dios, tampoco estoy muy movido. Por temperamento, tal vez, porque vivo una etapa de cierta tranquilidad. Entonces puedo discernir viendo razones a favor y razones en contra, y voy ponderando los motivos tranquilamente. Pero ojo, también en esto están las mociones, cómo te hace sentir esto y lo otro, y también en el segundo momento (de las mociones) está la razón. Es decir, estas cosas en el fondo van juntas, pero hay acentuación en una cosa u otra.

V.- Ayudas para ir caminando en el discernimiento.

5.1 La primera ayuda que yo considero fundamental, ¡por Dios que nos hará crecer!, ¡por Dios que nos hará vivir más integrados!, es **la Pausa Diaria Ignaciana**, Insisto mucho en esto. No es que no aprecie el oficio, y la piedad, y el Rosario, hay que hacerlo, son cosas que ayudan mucho, pero hay que dejar unos minutos para un encuentro afectivo, tu a tu, para pulir tus motivaciones del día y Para sentir el paso del Señor por ti durante este día. Más que hacer un cálculo de tus pecados y de tus obras buenas es ver el paso del Señor por ti. El centro no eres tu, el centro es el Señor, es su paso, no tu paso. Es su paso en tu paso, en tu vida, lo que tiene que ver diariamente Diez minutos, quince minutos mejor. La Pausa diaria ignaciana va transformando nuestra oración, y nuestra vida, y va haciendo nuestra oración de una oración más activa a una más pasiva, de recibir, de escuchar, de estar. Va haciendo de nuestra oración pasar de la cabeza al corazón. Son 8 centímetros, 10, pero en la práctica son kilómetros. Esta oración pasa de la cabeza al corazón, de las muchas palabras a las puras presencias, la tuya y sobre todo la de El.

5.2. Acompañamiento Espiritual: dejarse acompañar. No por una persona cómplice, sino por una persona que te va a ayudar. Una persona en quien puedas confiar, ciertamente, pero una persona que te va a interpelar, servir como reflejo del Señor. Otra persona que te va a acompañar y animar para buscar lo que el Señor quiere de ti. El momento del acompañamiento, de la entrevista, de la conversación, no es sino una especie de examen. Es la pausa diaria pero hecha cada mes, o cada dos meses. Es un momento objetivante de lo que pasa en mí.

5.3. Atreverse a tomar a Dios en serio, atreverse a hacer la experiencia. Del D.E. se aprende caminando con las caídas y con los golpes. Atreverse a tomar a Dios en serio, a discernir, a no tomar esto como una técnica fría, ir aprendiendo a hacerlo.

5.4. Apoyo mutuo en la comunidad. Sobretudo cuando una comunidad llega a ser realmente una comunidad de vida, una comunidad donde se comparte la vida, donde se pesa la vida.

CONCLUSION

Vivir es elegir, y elegir es amar. En toda nuestra vida tenemos que hacer muchas opciones importantes, y en la cotidianeidad, muchas pequeñas opciones. Todo es importante. Poder optar y poder escoger y vivir es decidirse y definirse. Llegar a tocar los deseos más hondos no es otra cosa sino tocar y palpar el deseo de Dios para mí. Escoger es obedecer para nosotros, al Padre, por Jesús. Es elegir, y elegir es amar. Lo heroico y lo espontáneo, los grandes saltos y los pasos pequeños. Aprender a ir más allá de una vida moral sana. El discernimiento espiritual tiene que ver con la línea del amor, y el amor no solamente no borra la ley, sino va mucho más allá, es mucho más exigente y mucho más llenador. Una vida cristiana digna del nombre es una vida cristiana discerniente, de personas adultas que se inquietan por lo que el mundo quiere de ellas, por lo que Dios quiere de ellas.