

XXXIII. ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL

16 de Enero de 1989

Muy queridos todos en SM:

Les escribo hoy acerca de un tema muy tradicional que entró en crisis durante los últimos años: la dirección o el acompañamiento espiritual. La crisis, a mi juicio, ha sido provechosa; pero no pensemos que lo nuestro de hoy es la última palabra por decir; con seguridad, desde el futuro, consideraremos este presente como un simple adolescente con pretensiones de maduro. Vivir es crecer, y el que no crece, decrece y muere.

Más de una vez hemos charlado sobre la dirección espiritual: su necesidad e importancia, la teoría y la práctica, el director y el dirigido... Pues bien, acá pongo ahora por escrito mucho de lo hablado y aprendido gracias a esas charlas que nos ayudaban a iluminar lo que vivíamos.

Seguramente recordarán que al principio hablábamos de “dirección espiritual”. Muy pronto preferimos referirnos al tema desde otra perspectiva y lo llamamos: “diálogo espiritual”. Quizás hemos alcanzado ya una cierta síntesis, por parcial y caduca que sea, y podemos hablar con más acierto de *acompañamiento y diálogo espiritual*.

En la redacción de los párrafos que siguen me ubico preferentemente en la vereda del acompañante, no lo hago por considerarme absolutamente tal, sino porque muchos de ustedes lo son y de este modo podrán encontrar mejor reflejadas sus experiencias. Aquí tienen los puntos que pienso desarrollar: Las personas; Finalidad y funciones; Encuentro y diálogo; Ejercitador y ejercitante; Consejos prácticos.

1. LAS PERSONAS

Cuando hablo de acompañamiento espiritual me estoy refiriendo a un par de personas que se relacionan, comunican y dialogan entre sí. Se trata, básicamente, de un tipo peculiar de relación interpersonal. Pero, en realidad, como enseguida les explicaré, las personas implicadas son más de dos.

A. Acompañante y acompañado

La forma más sencilla de referirnos a quienes entablan una relación de acompañamiento espiritual es hablar de acompañante por un lado, y acompañado por otro. Y si sabemos evitar los escollos del “dirigismo” podemos hablar también de guía y guiado, pero sin monopolizar totalmente estas funciones o vivencias: el guía necesita ser guiado y el guiado guía a su vez. Trataré de aclararles esta aparente paradoja.

a. Único Acompañante y Guía

Lo primero que hay que tener en cuenta y jamás olvidar es lo siguiente: el Espíritu Santo es el único Acompañante y Guía que, por Cristo, nos lleva al Padre. Juan de la Cruz lo afirma sin titubeos ni medias tintas:

“Adviertan los que guían las almas y consideren que el principal agente y guía y movedor de las almas en este negocio no son ellos (los maestros espirituales), sino el Espíritu Santo, que nunca pierde cuidado de ellas, y que ellos sólo son instrumentos para enderezarlas en la perfección por la fe y la ley de Dios, según el espíritu que Dios va dando a cada una” (*Llama de amor viva*, III:46).

Por lo tanto, el que asume el servicio de acompañante o guía ha de caminar varios pasos detrás del Espíritu a fin de dejarse guiar por El. Su principal función consiste en entender la acción y conducción del Espíritu y procurar secundarla. Y más de una vez será necesario dejar solo al acompañado para que el mismo Espíritu lo guíe y asista directamente sin mediación humana (Cf. San Ignacio, *Ejercicios espirituales*, 15).

b. Guiado por su acompañado

Esta conducción del Espíritu es absolutamente esencial, pero hay todavía algo más. El acompañante o guía ha de ser también guiado por su acompañado: esto tiene lugar mediante la apertura de corazón y la manifestación de gracias y desgracias, necesidades y logros, dificultades y carismas... Mediante esta humilde y sincera exposición de lo que vive, el acompañado se convierte también él en guía del acompañante que lo guía.

Los sucesivos encuentros que se van dando en una relación de acompañamiento espiritual, junto con la comunicación dialogal que esta relación implica, permiten ahondar en esa intimidad y mutua confianza que son semillas de amistad. Escuchemos un momento a santa Teresa: “aconsejaría yo a los que tienen oración, en especial al principio, procuren amistad y trato con otras personas que traten de lo mismo” (*Vida*, VII:20). San Francisco de Sales piensa de igual manera:

“El amigo fiel, dice la Escritura, es una poderosa protección; el que lo encuentra, encuentra un tesoro. El amigo fiel es un medicamento de vida e inmortalidad; los que temen a Dios lo encontrarán (*Eclesiástico* 6:14-16). Estas divinas palabras, como ves, se refieren principalmente a la inmortalidad, para conseguir la cual hace falta, sobre todo, contar con el amigo fiel que oriente nuestras acciones mediante sus avisos y consejos (...) Esta amistad debe ser fuerte y dulce, santa, sagrada, divina y espiritual” (*Introducción a la vida devota*, I,IV).

En fin, sea como sea, ninguno de nosotros se guía solo, a menos que quiera ser discípulo de un tonto. Nos guiamos unos a otros y todos somos guiados por el Espíritu Santo. Jamás hemos de olvidar la primacía del Espíritu. Y no temamos que El se olvide de nosotros. No sólo no nos olvida sino que hasta reclama nuestra ayuda y la hace necesaria, de tal modo que sería peligroso considerar inútil dicha ayuda, compañía, guía o amistad espiritual y humana.

c. Necesidad del acompañamiento

La experiencia secular de la Iglesia nos enseña la necesidad del acompañamiento espiritual cuando se desea llegar hasta las cumbres de la santidad. En los albores de la espiritualidad cristiana, san Antonio del desierto les decía a unos monjes que le pidieron una conferencia:

“Las Escrituras bastan realmente para nuestra instrucción. Sin embargo, es bueno para nosotros alentarnos unos a otros en la fe y usar de la palabra para estimularnos. Sean, por eso, como niños y tráiganle a su padre lo que sepan y dígansele, tal como yo, siendo el más anciano, comparto con ustedes mi conocimiento y experiencia (San Atanasio, *Vida de san Antonio*, 16).

La misma doctrina la encontramos siglos más tarde encabezando los sentenciosos dichos de luz y amor compuestos por Juan de la Cruz para complementar su magisterio oral. Vale la pena leerlos y meditarlos todos, pues aunque parezcan iguales, no lo son.

“El que solo se quiere estar, sin arrimo de maestro y guía será como el árbol que está solo y sin dueño en el campo, que, por más fruta que tenga, los viadores se la cogerán y no llegará a sazón.

El alma sola, sin maestro, que tiene virtud, es como el carbón encendido que está solo; antes se irá enfriando que encendiendo.

El que a solas cae, a solas se está caído y tiene en poco su alma, pues de sí solo se fía. Pues no temes el caer a solas, ¿cómo presumes de levantarte a solas? Mira que más pueden dos juntos que uno solo.

El que cargado cae, dificultosamente se levantará cargado.

Y el que cae ciego, no se levantará ciego solo, y, si se levantara solo, encaminará por donde no conviene” (*Dichos de luz y amor*, 5, 7-11).

El Juanico es un poeta, pero es también un teólogo, y de mayor talla que su pequeña estatura. No nos maraville entonces que procure fundamentar teológicamente la doctrina sapiencial contenida en sus sentencias.

“Es Dios tan amigo que el gobierno y trato del hombre sea también por otro hombre semejante a él y que por razón natural sea el hombre regido y gobernado, que totalmente quiere que las cosas que sobrenaturalmente nos comunica no las demos entero crédito ni hagan en nosotros confirmada fuerza y segura, hasta que pasen por este arcaduz humano de la boca del hombre. Y así, siempre que algo dice o revela al alma, lo dice con una manera de inclinación puesta en la misma alma a que se diga a quien conviene decirse; y hasta esto, no suele dar entera satisfacción, porque no la tomó de otro hombre semejante a él” (*Subida*, II,XXII:9)

Hasta el mismo Papa León XIII, pionero de la doctrina social católica, tomó en su momento cartas en el asunto a fin de disipar cualquier posible duda :

“Nadie puede dudar que el Espíritu Santo, con secretas efusiones, obra en las almas justas y las anima con exhortaciones e impulsos; si así no fuese, toda ayuda, todo amaestramiento externo sería inútil (...) Sin embargo, y lo sabemos por experiencia, estas exhortaciones, estos impulsos del Espíritu Santo muy a menudo no se perciben sin la ayuda y la guía del magisterio externo. Esto entra en la ley común, según la cual el providentísimo Señor, como ha querido que los hombres en general se salven por medio de hombres, ha establecido que todos los que aspiran a más altos grados de santidad, lleguen por medio de hombres (...) Esta ha sido siempre la norma de la Iglesia; esto han enseñado unánimemente cuantos en el curso de los siglos han sobresalido por su sabiduría y doctrina; y nadie puede rechazar este principio sin evidente temeridad y peligro” (*Testem benevolentiae*, 22).

La doctrina unánime de los santos y el magisterio es entonces clara : para llegar alto hay que andar acompañado, aunque se camine como si se estuviere solo. Quizás no se precise un baquiano para subir al refugio turístico del Cerro Catedral; pero si se trata de hacer cumbre en el Fitz Roy, en el Kinchinkinga o en el Huascarán consideraría suicida a quien se aventurase solo.

c. Perfil ideal del acompañante

Veamos si puedo ahora dibujarles la figura o perfil ideal del acompañante. Y bien digo “ideal”, pues muy difícilmente encontrarán en la vida real a alguien semejante. Pero al menos nos servirá para saber hacia qué dirección hay que tender.

La tradición cristiana nos ofrece un retrato bastante acabado del padre, guía, maestro, director... o acompañante espiritual. Consultando a algunos maestros insignes de los siglos XVI y XVII obtenemos las siguientes respuestas:

- “Conviene que toméis por guía y padre alguna persona letrada y experimentada en las cosas de Dios” (San Juan de Avila, *Audi filia*, 55).

- “Importa mucho ser el maestro avisado –digo de buen entendimiento– y que tenga experiencia; si con esto tiene letras, es grandísimo negocio” (Santa Teresa, *Vida*, XIII:16; cf. 18-19; *Moradas sextas*, III:11).
- “Un guía cabal, además de ser sabio y discreto, ha menester ser experimentado” (San Juan de la Cruz, *LLama de amor viva*, III:30).
- “Es necesario que sea (el guía y amigo espiritual) un hombre lleno de caridad, de doctrina y de prudencia” (San Francisco de Sales, *Introducción a la vida devota*, I,IV).

Es fácil constatar la convergencia de las opiniones recién escuchadas, aunque los énfasis o primacías pueden variar. Las notas caracterizantes son: buen juicio, conocimiento doctrinal, experiencia humana y divina, prudencia, discernimiento y caridad.

Todas estas notas en grado perfecto las encontrarán en poquísimos. Según Juan de Avila las poseen uno de cada mil. Francisco de Sales es menos optimista: ¡uno entre diez mil! Pero no nos alarmemos. Aun en esto la perfección puede ser enemiga de lo bueno. Opino que, en cierto grado, las notas características del acompañante espiritual las poseen diez mil de cada millón de cristianos que procuran vivir evangélicamente y dar razón de su fe.

Por lo demás, todos nos damos cuenta de que no es lo mismo acompañar a un principiante, a un adelantado o a un perfecto. El que es incapaz de esto último posiblemente sea capaz de lo primero.

d. ¿Propiedad de sacerdotes?

Muchos de ustedes me han preguntado en el pasado: ¿es el acompañamiento espiritual propiedad de los sacerdotes? Si por propiedad se entiende monopolio tengo que responder con un rotundo no. Si por propiedad entendemos “algo propio” o “apropiado” al ministerio pastoral del sacerdote, entonces mi respuesta es afirmativa. Pero esto no significa que todos los sacerdotes posean el carisma y la experiencia necesarias para un acompañamiento cualificado. Volveré sobre esto más tarde, aunque desde otro ángulo de visión.

Y que el acompañamiento espiritual, desde la perspectiva del acompañante, no es algo exclusivo de los varones me lo han enseñado las “ammas” del desierto egipcio, las doctoras Catalina y Teresa, y las vidas de varias de ustedes que ahora me están leyendo.

B. Paternidad y maternidad

El acompañamiento espiritual implica siempre, en menor o mayor grado, una participación en la paternidad divina que engendra hijos y los hace crecer.

a. Paternidad divina

Toda paternidad espiritual está, pues, fundada en la paternidad de Dios. Cualquier padre espiritual sólo obra en virtud de una participación en la vida de Dios Padre. Su autoridad no le pertenece, es derivada, y se ubica en la autoridad o paternidad materna de la Iglesia; sólo de esta manera podemos cumplir la palabra de Jesús: “No llaméis a nadie Padre en la tierra, porque uno solo es vuestro Padre, el del cielo” (Mt.23:9).

b. Grados de paternidad espiritual

Les acabo de decir que la paternidad espiritual admite diferentes grados, veamos, al menos, tres de ellos :

- En su *sentido más pleno*, es padre espiritual aquel o aquella que media la vida de Cristo y enseña el camino para seguirlo e imitarlo, sirviendo él mismo de modelo.
- En un *sentido propio*, aunque menos pleno, se podrá también llamar padre espiritual a quien da un impulso determinante a la vida cristiana de otro y permanece siendo punto de referencia privilegiado en su camino espiritual.
- Aquel o aquella, en cambio, cuya función consiste en acompañar y facilitar el camino de otro hacia Cristo, sin darle un impulso o impronta decisiva, le conviene el nombre de padre espiritual en un *sentido amplio*.

c. Paternidad espiritual

San Juan de Avila, contemporáneo de Teresa y de Ignacio, en una carta redactada en 1538 y dirigida a un predicador, posee una preciosa y recia doctrina sobre la paternidad espiritual. El predicador en cuestión era fray Luis de Granada, y las excelentes dotes de este fraile dominico en la conducción de almas redundan en crédito para su maestro y corresponsal.

Los consejos del Maestro Avila se reparten en una doble serie. La primera se refiere a los ejercicios necesarios para no “amortiguarse en el espíritu de hijo para con Dios Padre común”. La segunda, respecto a la “paternidad de los hijos que Dios diere”, puede sintetizarse en los puntos siguientes:

- Pedir espíritu de padre para engendrar y con “perseverante amor” criar. Este amor perseverante es un gran don de Dios que expresa como en una imagen su propio amor paterno y permite, por experiencia, conocer el amor que El nos tiene. Sin este amor no se podrán nunca llevar los sinsabores, peligros y cargas de esta crianza. Este amor es más fuerte que el de la naturaleza y que el desamor de los hijos. Quien lo posee, puede confiar totalmente en el amor que Dios a él le tiene.
- Sólo los inexpertos pueden creer que engendrar y criar hijos para Dios es cosa dulce y fácil: ¡dulce es la guerra para quien no la ha experimentado!
- Los hijos se han de engendrar más con lágrimas que con palabras: “a llorar aprende quien toma oficio de padre (...) a peso de gemidos y ofrecimiento de vida da Dios los hijos a los que son verdaderos padres”.
- El criar demanda una agonía aún mayor y no hay peor tormenta para el corazón del padre que la muerte espiritual del hijo. El padre ha de tener un corazón de carne y muy tierno para ser compasivo y otro de hierro para sufrir los golpes que dan la muerte espiritual de los hijos y no desmayar ni abandonar su oficio.
- Los buenos hijos demandan mucho cuidado; los malos dan tristeza muy triste. La vida de los padres está colgada de la vida de sus hijos, como decía san Pablo: Yo vivo si vosotros estáis en el Señor.

Juan de Avila habla por experiencia: más de uno de sus hijos abandonaron el camino recto de la verdadera doctrina; pero el amor es más fuerte que la muerte y resucitó a alguno de los muertos. No dudo que Juan experimentó también el inmenso gozo del Padre de la parábola cuando el hijo menor volvió de aquel país lejano. Sea como sea, ¡engendrar y criar hijos e hijas no es juego de niños!

d. Maternidad divina

Pero Dios, además de Padre, es también Madre. La Biblia nos lo presenta así, como una madre que consuela (Is 66:13), que levanta a su pequeño hasta su rostro (Os 11:4), que de ninguna manera se olvida del hijo de sus entrañas (Is 49:15; Sal 25:6; 115:5), y que posee un entrañable seno acogedor (Jn 1:18). Hasta el mismo Jesús se compara a sí mismo con una gallina clueca que reúne a sus pollitos bajo sus alas (Lc 13:34).

Varios Padres de la Iglesia hablan de Dios como Madre. Entre ellos les puedo nombrar a Clemente de Alejandría, Orígenes, san Ireneo de Lyon, san Juan Crisóstomo y san Agustín de Hipona.

Esta concepción materna de Dios y de Jesús llega a su culmen durante la edad media. Podría presentarles numerosos ejemplos tomados de los monjes benedictinos y cistercienses, es decir, de la tradición espiritual en la que yo me crié y crecí. Valga al menos, como ilustración, esta oración de san Anselmo, abad de Bec y arzobispo de Canterbury:

“Pero tú, ¡oh Jesús, buen Maestro!, ¿no eres tú también una madre? ¿No eres esa madre que, como la gallina, reúne bajo sus alas a sus polluelos? Verdaderamente, Señor, eres también una madre. Porque lo que otros han concebido y dado a luz, lo han recibido de ti. Eres tú el primero que a causa de ellos, para que a su vez den a luz, has muerto para engendrarlos, y al morir los has traído al mundo (...) Es, en efecto, el deseo de engendrar hijos a la vida lo que te ha hecho gustar la muerte, y con tu muerte los has engendrado. Lo has hecho por ti mismo, ellos por orden tuya y ayudados por ti; tú eres el autor, ellos los ministros. Eres, pues, tú, ¡oh Señor!, el que eres madre” (*Oración, X*).

Como pueden ver, trátase de paternidad o de maternidad, no hay donación de vida si no se abraza la muerte. Uno nace porque otro muere, pero el que libremente muere, renace.

Antes de continuar me parece importante hacer una aclaración de índole teológica. El infinito amor de Dios no puede ser representado ni por la imagen paterna ni por la materna. El es la fuente suprema de todo amor y todo lo que digamos sobre El es aproximativo. Dios es Padre y Madre pero de un modo diferente y superior a todo lo que nosotros podamos concebir; de un modo que sólo El conoce y vive en plenitud.

Dios nos habla en la Biblia con un lenguaje humano, usa conceptos e imágenes humanas; este modo de expresarse está caracterizado por un cierto “antropomorfismo”, se justifica por el hecho de que el hombre ha sido creado a imagen y semejanza de Dios. Consiguientemente, también Dios es, en cierta medida, “semejante” al hombre y, precisamente basándonos en esta similitud, podemos decir y conocer algo de El (Cf. Juan Pablo II, *Mulieris dignitatem*, 8).

e. Maternidad espiritual

Se darán cuenta de que si Dios es Madre, entonces nosotros podemos también participar de su maternidad, y entender el acompañamiento espiritual en clave materna. Y no creamos que con esto estamos descubriendo América.

El apóstol Pablo se consideraba padre de la comunidad de Corinto pues él mismo había engendrado a sus miembros por medio del Evangelio (1Cor 4:14-16). Pero no solamente se sentía padre sino también madre. En su primera carta a los tesalonicenses ambas vivencias se entrecruzan:

“Aunque pudimos imponer nuestra autoridad por ser apóstoles de Cristo, nos mostramos amables con vosotros, como una madre cuida con cariño de sus hijos. De esta forma, amándoos a vosotros, queríamos daros no sólo el evangelio de Dios, sino incluso nuestro propio ser, porque habíais llegado a sernos muy queridos (...) Como un padre a sus hijos, lo sabéis bien, a

cada uno de vosotros os exhortábamos y alentábamos, conjurándoos a que vivieseis de una manera digna de Dios, que os ha llamado a su Reino y gloria” (1Tes 2:7-12).

Notemos en el párrafo citado de esta carta los trazos característicos de la figura paterna: comunicación de enseñanza, estímulo y reprensión; como también las notas maternas: cuidado y ternura. Por un lado la provocación, por otro, la acogida.

Y cuando Pablo les escribe a los cristianos de Galacia, desilusionado y dolorido por la conducta infiel de estos “hijos”, no vacila en identificarse con lo más materno de una madre: “¡Hijos míos!, por quienes sufro de nuevo dolores de parto, hasta ver a Cristo formado en vosotros” (Gá 4:19).

Sobre estas huellas maternas de Pablo caminaron muchos obispos, abades y pastores medievales. A todo aquel que cumplía una función directiva se le requerían cualidades maternas: afecto, compasión, ternura, protección, nutrición. En los escritos de Bernardo de Claraval abundan los ejemplos, baste el siguiente :

“Escuchen esto los prelados que prefieren siempre que sus súbditos les teman, pero no servirles. Aprended los que juzgáis la tierra. Entended bien que debéis ser madres y no señores. Intentad que os amen, no que os teman: cuando haya que recurrir a la severidad, ésta sea paternal, no tiránica. Mostraos como madres, alentando; como padres, corrigiendo. Sed mansos, deponed toda dureza, no uséis el látigo, mostraos entrañables; que vuestros pechos desborden la dulzura de la leche, y no se hinchen de soberbia” (*Sermón sobre el Cantar*, 23:2).

Elredo, abad inglés de Rielval, fue fiel hasta la muerte a la enseñanza de su padre Bernardo. Walter Daniel, hijo espiritual de Elredo, testimonia estas palabras póstumas de su anciano abad: “Los amo tan sincera y entrañablemente como una madre” (*Vida*, 58).

Dios es Padre y Madre y el acompañamiento espiritual implica participación en esa paternidad y maternidad divinas. Pero todavía se puede decir algo más. Si María es presencia sacramental de los rasgos maternos de Dios, entonces el acompañamiento implica también participación en la maternidad de María (Cf. *Puebla* 291). No voy ahora a profundizar esta realidad, ya alguien de ustedes lo hizo y bastante mejor de lo que yo podría hacerlo. Me limito a transmitir estas palabras del Concilio: “La Virgen fue en su vida ejemplo de aquel amor maternal con que es necesario que estén animados todos aquellos que, en la misión apostólica de la Iglesia, cooperan a la regeneración de las almas” (*Lumen Gentium*, 65).

Bueno, en definitiva, lo que quiero decirles es esto: el acompañamiento espiritual implica disposiciones paternas y maternas pues media la gracia de un Dios que es Padre y Madre a la vez.

f. Disposiciones paternas y maternas

Obviamente, cada acompañante tiene sus gracias y sus límites: unos son más paternos y otros resultan más maternos. Claro está que el hecho de ser varón o mujer impone ciertos condicionamientos, pero éstos no son absolutamente determinantes. Lo que aquí cuenta son las disposiciones o actitudes, naturales o adquiridas, que cada uno posee. Pero, ¿cuáles son las disposiciones básicas que en nuestro medio cultural y en el ámbito pedagógico se atribuyen a la maternidad y a la paternidad? En pocas palabras parecen ser éstas:

- *Maternidad*: Inclinação hacia dar, conservar y promover la vida. Delicada sensibilidad, gran receptividad y capacidad de respuesta afectiva. Y desde la vertiente negativa o inmadura: pasivismo absorbente y posesivismo castrador.
- *Paternidad*: Orientación hacia la iniciativa y acción. Capacidad de distinción y confrontación con la realidad. Desde el lado inmaduro o negativo: activismo avasallador e insensibilidad distante.

Puedo decirles que conozco acompañantes tanto de un tipo como del otro. Los maternos son acogedores y comprensivos aunque no tan buenos clarificadores... Los segundos, es decir los paternos, clarifican y ayudan a confrontar, pero sus capacidades de comprensión y aceptación podrían ser más cálidas y tiernas...

No es fácil, lo sé por experiencia, encarnar con naturalidad en uno mismo las disposiciones paternas y maternas. Pero es posible, aún más, es necesario adquirir cierta complementariedad. Si el acompañante vive una verdadera relación con su acompañado sabrá adaptarse a sus necesidades reales. Por ejemplo, con alguien desnutrido de afecto en su niñez, el acompañante tendrá que ser más materno; y con quien haya carecido de un modelo de acción creativa y orientada, tendrá que ser más paterno.

Por lo demás, los diferentes momentos del diálogo, en el contexto del acompañamiento, reclamarán diferentes acentuaciones de unas y otras disposiciones.

2. FINALIDAD Y FUNCIONES

Habiendo tratado ya de las personas implicadas en el acompañamiento espiritual, paso ahora a la finalidad y funciones del mismo. Pero, como enseguida verán, este tema nos remitirá nuevamente a las personas.

A. Finalidad

La finalidad del acompañamiento espiritual puede expresarse así: ayudar a seguir a Jesús a fin de crecer en la vida de la gracia o del Espíritu. Lo cual, como buenos discípulos del apóstol Pablo, podemos reformularlo de esta otra forma: engendrar y promover el crecimiento de Cristo en el hermano (Cf. Gá 4:19; 1Cor 4:15).

Y dado que la vida de la gracia crece y el alma se cristifica mediante las virtudes teologales, éstas han de ser objeto privilegiado del acompañamiento espiritual. En consecuencia, podemos decir que el acompañamiento y el diálogo que le es inherente han de referirse principalmente:

- A la *fe* como don de respuesta y encuentro con Dios y, por lo mismo, a la vida de oración como relación dialogal con El.
- A la *esperanza* que edifica el presente con visión de futuro y lanza hacia adelante con osada confianza filial.
- A la *caridad* que une nuestro querer con el divino y se expande en múltiples formas de servicio y sociabilidad, amistad y solidaridad.

El acompañamiento, entonces, presta ayuda especialmente a la relación teologal del cristiano con Dios y sus prójimos. Pero “especialmente” no significa excluyentemente. La vida teologal enraíza en la vida de la gracia y ésta en la vida sin más, y es imposible separar la una de la otra, al menos que la primera se pierda. En la unidad de la persona la vida es una, por eso podemos decir, sin restricciones, que el acompañante acompaña al acompañado y que el acompañamiento abarca la vida toda.

La finalidad del acompañamiento espiritual, tal como se las he presentado, tiene íntima relación con el nombre usado tradicionalmente para designar al acompañante. En efecto, es propio del padre (y de la madre) espiritual engendrar y nutrir la vida.

B. Funciones

Así como el nombre de padre espiritual se refiere a la finalidad del acompañamiento; de igual modo, los otros nombres usados por la tradición se refieren a las funciones que el padre ha de desempeñar. Y no es erróneo afirmar que, así como la finalidad aúna en sí misma todas las funciones, de igual manera el nombre de padre incluye todos los otros nombres.

Y también se puede establecer esta otra correlación. Las notas características que configuran el perfil del acompañante se refieren directamente a las funciones del mismo.

Sin querer forzar la realidad, me parece que los dos párrafos precedentes pueden sintetizarse estableciendo estas relaciones:

- Gracias a la caridad, el padre, que es también madre y amigo, acompaña y ayuda.
- Mediante su ciencia de maestro, ilumina, instruye y enseña.
- Y con su discreción y experiencia de guía y director, discierne, aconseja y orienta.

Habría aún otra forma de determinar las funciones del acompañamiento espiritual; a saber: partiendo de las situaciones que inevitablemente vivirá el acompañado. Según este enfoque tendríamos lo siguiente:

- En los inicios y en las pruebas: apoyo y acogida.
- En la obscuridad y cambios: clarificación y orientación.
- En los repliegues y caídas: confrontación y comprensión.
- En las incitativas y decisiones: motivación y confirmación.
- En las mociones espirituales: discernimiento y espacio.

Y dejo a la pericia de cada uno de ustedes determinar cuáles de estas funciones son principalmente de tipo materno o paterno. Pero, de cualquier forma que sea, si el acompañante no es padre y madre a la vez, difícilmente podrá ayudar a su acompañado.

¿Cuáles de todas estas funciones son las más importantes? No vacilo en decir: la acogida, la clarificación, la confrontación y el discernimiento. Y mi certeza no es gratuita, se basa en una sencilla realidad: las cuatro funciones señaladas incluyen, de una u otra manera, a todas las otras. Pronto las volveremos a encontrar.

Voy ahora a contestar otras preguntas; las respuestas nos ayudarán, aunque indirectamente, a iluminar otro poco las funciones del acompañamiento espiritual.

C. Acompañamiento y confesión

Dos interrogantes han estado con frecuencia presentes en nuestras charlas: ¿en qué se diferencian y asemejan el acompañamiento espiritual y la reconciliación sacramental? ¿Es mejor que vayan juntos o separados?

a. Diferencias

Comienzo por las diferencias. Es bastante claro que la finalidad del penitente es confesar su pecado y recibir el perdón. El acompañado, por su parte, busca ayuda para su crecimiento espiritual. Las finalidades son distintas, pero en el fondo convergen: no hay penitente que no desee crecer, ni acompañado que no precise confesar su pecado.

Con mayor prolijidad, aunque sintéticamente, podemos establecer estas otras distinciones en base a cuatro interrogantes:

¿Para qué?: La confesión es necesaria para el perdón del pecado mortal y útil para purificar faltas leves; mientras que el acompañamiento es útil para el crecimiento espiritual y necesario en circunstancias particulares de la vida.

¿Quiénes?: Por un lado, el confesor ha de ser un ministro que haya recibido el sacramento del orden sagrado y las facultades o licencias que pide el derecho; por otro lado, el acompañante puede ser cualquier cristiano que haya recibido el carisma de Dios y tenga además la suficiente ciencia y experiencia espiritual y humana.

¿Cómo?: La confesión ha de seguir un rito determinado y en referencia a uno de los siete sacramentos de la iglesia; pero el acompañamiento se rige según la dinámica de la relación dialogal y en referencia al estilo y necesidad de los implicados.

¿Cuándo?: Frecuentemente, para la confesión devocional y a la primera oportunidad cuando se ha caído en pecado mortal; regularmente, según lo hayan establecido el acompañado y el acompañante teniendo en cuenta el momento o la etapa que se viva.

Como pueden ver existen diferencias. Esto explica la práctica de las iglesias orientales: uno es el confesor y otro distinto el padre espiritual. Pero estas diferencias no son incompatibles, por eso en nuestra iglesia occidental latina ambos ministerios confluyeron en una única persona: el sacerdote.

b. Semejanzas

Detengámonos ahora por un momento en las semejanzas, las mismas preguntas recién formuladas pueden servirnos de guía.

Tanto el acompañamiento cuanto la confesión convergen en la conversión. ¿Para qué fin están destinados el uno y la otra? El primero para acercarnos más a Dios, la segunda para alejarnos del pecado. Y este acercamiento y alejamiento son las dos caras de una única moneda: la conversión cristiana.

Si miramos quiénes son los ministros encontraremos una nueva convergencia, esta vez en la persona del Espíritu Santo. Tanto el acompañante cuanto el confesor son instrumentos vivos del perdón y la gracia del Espíritu de Dios.

La pregunta sobre cómo se desarrollan uno y otro encuentro, el sacramental y el espiritual, puede recibir también, una respuesta unificada. Tanto en uno como en otro caso se presupone un clima de oración, apertura y escucha al Señor; además de fe, esperanza y amor; a todo lo cual podemos todavía agregar la presencia del discernimiento y del consejo.

Y hasta las mismas diferencias que indiqué para el “cuándo” pueden fácilmente traducirse en clave de semejanza. ¿Cuándo?: con frecuencia regular y siempre que se presente alguna necesidad particular.

c. ¿Juntar o separar?

Todo lo dicho sobre las diferencias y semejanzas justifica que nos preguntemos también sobre la conveniencia de juntar o separar el acompañamiento y la confesión. La tradición cristiana avala ambas posibilidades. Las diferencias son el fundamento de la separación, y las semejanzas justifican la unión. ¿Qué es mejor: juntar o separar?

No es fácil, ni necesario, dar una respuesta absoluta y excluyente de la otra alternativa. Tanto en uno como en otro caso hay razones a favor y en contra. Veamos algunas de las más importantes en relación con la situación imperante en nuestra iglesia latina.

Cuando el acompañamiento y la confesión van juntos, el aspecto sacramental de esta última permite ubicar a la primera en su contexto más explícitamente eclesial evitando así cualquier tipo de intimismo individualista. De igual forma, yendo juntas, se evita con más facilidad dicotomizar la vida de oración de la vida moral cotidiana.

Y también se podrían apuntar estas otras tres ventajas. El discernimiento propio del acompañamiento puede ayudar a un mejor examen de conciencia previo a la confesión y absolución sacramental; y el progreso constatado en el acompañamiento ayudaría a no deprimirse por la presencia del pecado en la propia vida. La unidad entre confesor y acompañante puede ser causa de mayor fruto pues una misma persona ayuda, aconseja, juzga y perdona en el contexto de un único encuentro y diálogo.

Veamos ahora las razones en contra. Hay una que ya la habrán adivinado. Si se unen la confesión y el acompañamiento, se limita este último a los varones, célibes y sacramentalmente consagrados por el sacerdocio; en otras palabras, se confina el carisma a un determinado tipo de personas; y si los genuinos acompañantes son pocos, en este caso serían ya poquísimos. Y cuando digo poquísimos estoy presuponiendo que todos los sacerdotes, sin excepción, procurarían adquirir todo lo necesario para ejercer el arte del acompañamiento con maestría (¡iluso de mí!).

Agrego todavía otra desventajas más. La unión podría llevar a la confusión o, peor aún, a la transformación del acompañamiento en un mero moralismo orientado hacia el simple no pecar.

No piensen que voy a organizar ahora un partido de ping-pong entre los pro y contra para ver quien gana. Ambos pueden salir ganadores. En consecuencia, admito que el acompañamiento y la confesión pueden ir juntos o separados. En uno u otro caso lo importante es que se potencien las ventajas y se soslayen los inconvenientes. ¿Cómo?

Si van juntos hay que saber mantener la distinción entre una y otro a fin de evitar la confusión entre ambas. Algunos consejos para procurar esto podrían ser: mantener el rito propio del sacramento; cada encuentro de acompañamiento no ha de significar sin más la celebración del sacramento; y cuando el acompañado desea confesar su pecado y recibir la absolución conviene que indique de antemano su intención de hacerlo.

Cuando el acompañante y el confesor son diferentes parece importante tener en cuenta al menos lo siguiente: transparencia ante ambos; apertura a que uno y otro puedan consultar entre sí alguna situación particular, o enviarla a aquel de entre los dos que le corresponda.

Releyendo lo escrito en los párrafos anteriores sobre acompañamiento y confesión me doy cuenta de que lo más importante no es ni separar ni juntar sino complementar. También caí en la cuenta de esto otro: me había propuesto inicialmente ubicarme en la perspectiva del acompañante (y en este caso del confesor) pero poco a poco me desplazé hacia el lado del acompañado (y penitente). Espero que esto les haya resultado, en este caso, más útil que lo otro.

D. Acompañamiento y psicoterapia

Una vez más podemos establecer una relación y preguntarnos: ¿en qué se distinguen y en qué se asemejan el acompañamiento espiritual y la psicoterapia? Una respuesta acabada demandaría más tiempo y espacio del que dispongo, valga entonces este inicio inacabado de ella.

Ya les dije más arriba que el acompañamiento espiritual tiene por fin la unión con Dios. La terapia, de cualquier tipo que sea, procura la salud y madurez personal. En consecuencia, las finalidades de una y otra son diferentes.

Pero esta diferencia en los objetivos no impide cierta interrelación entre los mismos. En efecto: para vivir con mayor libertad y conciencia la relación con Dios es necesario cierta madurez personal; y también es verdad que la unión con Dios contribuye, y no poco, a la salud y maduración personal.

Una segunda diferencia puede formularse así. El terapeuta trata con personas que de una u otra forma padecen alguna disfunción psico-afectiva, de acá que se los llame pacientes. Pero el acompañante espiritual ayuda generalmente a personas que se presupone sanas o normales.

Ahora bien, todos sabemos que la frontera entre lo normal y lo anormal no se establece con una línea neta y divisoria entre lo uno y lo otro. Por eso, más de una vez, el acompañante tendrá que atender necesidades afectivas básicas –tales como la pertenencia, el reconocimiento, la seguridad, etc.– en estado deficitario; y muchas otras veces tendrá que apoyar, iluminar y orientar en

problemas normales de adaptación y ajuste. El psicólogo o terapeuta, por su parte, podrá encontrarse con personas enfermas pero que viven la fe y caridad en un grado heroico, y obviamente el recurso a esta vivencia puede ser un factor clave en el proceso de sanación y crecimiento. Por supuesto que con esto no estoy diciendo que el acompañante ha de disfrazarse y jugar al psiquiatra; ni éste, al padre espiritual.

Las dos diferencias ya indicadas apuntan a una tercera. La formación requerida y los medios empleados por uno y otro son necesariamente distintos. Sería impropio de un acompañante espiritual ayudar con fármacos, y otro tanto se puede decir de un terapeuta que pretendiera curar y ayudar a crecer a sus pacientes con novenas y votos.

Pero, una vez más, esta diferencia recién apuntada no impide una cierta conveniencia de convergencia. Es decir, es muy útil que el acompañante posea conocimientos teóricos y prácticos de psicología, al menos los suficientes como para poder detectar conflictos serios y remitir a quien corresponda. De igual modo, aprovecha no poco al psicólogo o terapeuta estar abierto a la trascendencia y conocer por experiencia la vida del Espíritu y la teología espiritual. De este modo se podrían evitar ridiculeces de este tipo: un acompañante que recomiende exclusivamente decenas del rosario para ayudar a evitar un pico paranoico; o, por el contrario, un terapeuta que pretendiera tratar, con exclusión de otros medios, una “noche pasiva del sentido” con antidepresivos y vitamina C.

Y agrego, por último esta otra diferencia. Los ámbitos donde se ubican preferentemente el terapeuta y el acompañante son distintos. El primero se ubica en un ámbito simplemente humano; el segundo, en un ámbito divino. Pero, ¿quién ignora que, excepto el pecado, no existe lo exclusivamente humano, o lo exclusivamente divino? Ambas realidades se incluyen e implican mutuamente, no hay experiencia espiritual que no se asiente en lo personal, ni es posible una experiencia genuinamente humana que no se abra al espíritu y esté condicionada por éste.

¿Adónde deseo llegar con todo lo que les vengo diciendo? A este par de convicciones. En muchas circunstancias es absolutamente necesario que psicoterapeutas y acompañantes espirituales trabajen juntos. Y, en la medida de lo posible, es muy conveniente que tengan ciertos conocimientos y capacitación en la disciplina que no les es propia. Todo esto sin mezclar competencias ni aventurarse en improvisaciones. A Dios gracias, estas convicciones ya se han convertido en concreciones: en los últimos años hemos visto nacer y desarrollarse el “counselling” pastoral y religioso que integra numerosos aportes de la psicología humanista, y la psicología transpersonal como nuevo avance “religioso” de la psicología humanista existencial.

3. ENCUENTRO Y DIÁLOGO

Cuando hablo de encuentro doy por supuesta la presencia física, en este caso, de dos personas. La relación por medio de cartas o comunicación telefónica no permite el encuentro y diálogo del cual quiero hablarles ahora; aunque no descarto que en ciertas circunstancias pueda ser el único medio, y por lo mismo el mejor, de entablar una relación de acompañamiento espiritual.

Si todo lo dicho hasta ahora en la presente carta fue preferentemente teórico, aunque orientado hacia una práctica, en el presente apartado les ofrezco la práctica que da cuerpo y encarna la teoría. En otras palabras, trataré de mostrarles cómo las funciones que desempeña el acompañante se traducen en diálogo y encuentro de acompañamiento espiritual.

Todo esto presupone que el acompañante esté convencido de esta verdad: el autor de la transformación interior es el Espíritu Santo, con la cooperación inmediata del mismo acompañado, y la ayuda secundaria y subordinada de cualquier otra mediación, incluida la del acompañante.

Y veamos ya las cuatro funciones primordiales que ha de desempeñar el acompañante en su servicio de acompañamiento espiritual. Estas funciones pueden también entenderse como momentos o aspectos distinguibles en la relación o encuentro dialogal. No todas ellas se actuarán en cada encuentro particular, pero sí se han de dar en el proceso total. Ellas son: la acogida, la clarificación, la confrontación y el discernimiento.

A. Acogida

Por lo general, cuando hablamos de acogida entendemos el componente afectivo de una relación en su momento inicial. Sin negar esta realidad, en el contexto del acompañamiento espiritual, hay que agregar otras más, a saber: la autenticidad, la aceptación, la escucha, la comprensión y la empatía. Estos cinco realidades son los ingredientes que componen la acogida. Veámoslas en particular.

a. Autenticidad

La autenticidad, en su sentido pleno, es coherencia entre lo que se es, se quiere, se piensa, se siente, se dice y se actúa. Así entendida, la autenticidad es equivalente a la integración personal. De esta manera, cuando decimos que alguien es auténtico estamos diciendo que es una “persona cabal”, “de una sola pieza”, que “es él o ella misma”.

Podemos también decir que la autenticidad es una forma de amor. En efecto, ella permite entregarse por entero y en lo más genuino de sí mismo, y no dividido o actuando una realidad inexistente.

La autenticidad, al igual que la integración personal y el amor, demanda esfuerzo y ejercicio, implica ante todo conocerse y aceptarse a sí mismo. Es decir:

- *Autoconocimiento*: de los propios modos habituales, positivos y negativos, de pensar, sentir y actuar.
- *Autoaceptación*: a fin de vivirse a sí mismo en paz y libertad, sin tener que estar a la defensiva, protegiendo consciente o inconscientemente los flancos débiles.

Ahora bien, en el ámbito del encuentro y diálogo espiritual, podemos decir que el acompañante acoge, primariamente, siendo auténtico, siendo él mismo y manifestándose tal como es. Particularmente, en este contexto, la autenticidad hace referencia a lo que se dice y a lo que se siente. Pero especialmente a lo que se siente, y esto a dos niveles:

- *Intrapersonal*: el acompañante permite que emerjan a su conciencia los sentimientos que experimenta en la relación y los acepta como propios.
- *Interpersonal*: el acompañante es libre para comunicar o no comunicar, siempre en forma constructiva, sus propios sentimientos.

Claro está que cuando se trata de comunicar sentimientos negativos y persistentes experimentados en el encuentro y diálogo, si se quiere hacerlo en forma constructiva para el acompañado, se han de tener en cuenta algunas condiciones, al menos éstas dos:

- Que la relación y el proceso del acompañamiento esté lo suficientemente avanzado como para que exista una cierta confianza que permita la comunicación y asegure su aceptación.
- Que se manifieste el sentimiento en una forma totalmente subjetiva y propia, evitando acusar y culpar al acompañado de ser la causa del mismo.

La autenticidad del acompañante no podrá dejar de producir buenos frutos. Los principales y más fácilmente constatables son éstos: clima de libertad y confianza, liberación del acompañado y estímulo para que sea él mismo, espacio para que actúe el Espíritu de verdad que nos hace libres.

Por el contrario, la falta de autenticidad crea un clima de ambigüedad debido, sobre todo, al doble lenguaje, verbal y no verbal, que entra en el diálogo. Esta confusión lleva finalmente al acompañado a la inseguridad y pérdida de confianza en su acompañante.

Si deseamos crecer en autenticidad como acompañantes espirituales, tendremos ante todo que procurar ser auténticos en todas las circunstancias de nuestras vidas. Luego, aprender a detectar los sentimientos que nos mueven, identificándolos con precisión y poniéndoles el nombre apropiado. Por último, revisarnos y evaluar los frutos, dulces y amargos, ocasionados por la comunicación o no comunicación de sentimientos en encuentros y diálogos precedentes.

Hablando en cierta ocasión sobre este tema se planteó la siguiente pregunta: ¿es conveniente o no que el acompañante se autorrevele y comunique sus opiniones, experiencias, cuestionamientos... de su vida diaria y corriente?

Por lo general, cuando se ha creado un clima de intimidad o una relación de amistad, la autenticidad lleva a la autorrevelación. A fin de que ésta sea positiva y útil para el acompañado, hemos de tener en cuenta las siguientes indicaciones dictadas por la prudencia:

- Clima de mutua confianza creado por la asiduidad del trato.
- Certeza práctica de que será de utilidad para el crecimiento del acompañado en la situación concreta en la cual se encuentra.
- Renuncia a todo deseo de autogratificación en la manifestación de sí mismo.
- Silencio ante personas que entenderán erróneamente lo compartido, sea por inmadurez o por formación recibida.

Por todo lo que les acabo de decir sobre la autenticidad, en función de la acogida, podrán sacar con facilidad la siguiente conclusión: ella se refiere más al ser que al hacer; acogemos por lo que somos y no por lo que hacemos.

b. Aceptación

Pasemos ahora a la aceptación, en cuanto parte constitutiva de la acogida, en el contexto del encuentro y diálogo espiritual.

Se impone hacer una aclaración previa a fin de evitar un malentendido corriente. La aceptación no es sinónimo de aprobación. Siempre hemos de aceptar a nuestros prójimos, pero no siempre tenemos que aprobar sus comportamientos u obras negativas. En un primer momento, la aceptación de la persona del otro puede incluir la aceptación global e implícita de sus conductas erróneas, pero esto no es más que un punto de partida abierto al crecimiento y que presupone un deseo eficaz del mismo.

Contemplemos por un momento a Jesús, encontramos en él un modelo incomparable de aceptación del prójimo. En casa de Simón acogió y aceptó a la prostituta que le ungía los pies, sabía que era capaz de mucho amor, pero no alabó sus pecados, sino que se los perdonó (Lc 7:36-50). Hizo otro tanto con aquella mujer adúltera que le trajeron para que la juzgara, no la condenó, sino que le dijo simplemente: no peques más (Jn 8:1-11). Acogió a Judas, aceptó su beso de traición, y lo invitó con su aceptación a la conversión (Lc 22:47-48). Aceptó a quienes lo crucificaban, y hasta pidió perdón por ellos pues actuaban por ignorancia (Lc 23:33-44). Aceptó y acogió en el paraíso al ladrón, no por ser ladrón, sino porque estaba arrepentido (Lc 23:39-43). Y los evangelios nos presentan muchos otros ejemplos de esta aceptación que convierte los corazones, baste pensar en cómo aceptó Jesús a su discípulo Piedra.

En el encuentro y diálogo del acompañamiento espiritual, el acompañante ha de aceptar a su acompañado con todo respeto, interés, aprecio y afecto, tal como es y sin pretender que sea como él

mismo es. Lo acepta en su originalidad personal y lo respeta como un misterio sagrado y una libertad deseosa y capaz de originalidad y plenitud. La aceptación es una forma de amor que no agrede ni se posesiona sino que afectuosamente acoge.

La aceptación nunca deja de producir buenos frutos, al menos algunos que, aunque sean pocos, son para mucho. En primer lugar, reduce la ansiedad, desdramatiza, serena y le permite al acompañado entrar en su mundo interior. Además, el respeto y la aceptación experimentados reducen la insatisfacción personal y posibles autorrechazos, permitiendo que crezca la autoaceptación y sana confianza en sí mismo. Todo esto incrementa la capacidad de tomar decisiones responsables, compromete con el crecimiento y la superación de obstáculos que salgan al paso.

¿Cuáles serían los principales índices de falta o poca aceptación en relación con la acogida? Los más evidentes, terribles y ¡comunes!, son los que siguen:

- Dar órdenes o consejos apresurados, hacer exhortaciones moralizantes y ofrecer soluciones prefabricadas que sólo precisarían un mínimo retoque.
- Juzgar o etiquetar, interrogar con más de una breve pregunta, cambiar el tema del diálogo o conducirlo en una dirección premeditada.
- Minusvalorar confidencias recibidas, dar poca importancia a lo que el acompañado tiene por importante o mostrar poco interés por lo que a él le interesa.

Si queremos crecer en aceptación –y si no lo queremos más vale que renunciemos a ser acompañantes espirituales– podemos preguntarnos con frecuencia: ¿Muestro respeto por la persona y libertad del otro? ¿Presto atención a sus sentimientos e ideas? ¿Comunico interés y aprecio por lo que es y hace? ¿Permito que se exprese y hable tanto cuanto desee? ¿Manifiesto mi fe en sus capacidades y posibilidades reales de crecimiento?

En realidad, como ya se habrán dado cuenta, la forma más sencilla de evaluar nuestra aceptación y respeto es preguntarnos por nuestra escucha. Pero con esto estamos ya pasando a otro componente distinguible de la acogida.

c. Escucha

En efecto, el tercer componente de la acogida, íntimamente relacionado con el precedente y más aún con el que seguirá, es la escucha.

Escuchar es mucho más que el mero oír y, en el contexto del diálogo espiritual, es más importante que hablar; no en vano tenemos dos oídos y una sola boca: hemos de escuchar el doble de lo que hablamos.

Es imposible encerrar en los límites estrechos de una sola palabra el sentido completo de la escucha. Aquellos que han escuchado mucho, Jesús entre ellos, nos enseñan con sus palabras y con sus vidas que escuchar es:

- *Callar*: para empezar a oír, lo cual es obvio, pero se olvida con frecuencia.
- *Hacer silencio*: a fin de recogerse, atender y centrarse en el otro.
- *Respetar*: al otro precisamente en cuanto otro.
- *Dejar hablar*: manifestarse, exponer situaciones, buscar soluciones.
- *Sentir*: lo que el otro siente.
- *Sentirse*: a sí mismo, pero sin romper la comunicación.

- *Observar*: posturas, gestos, conductas.
- *Recordar*: con fidelidad lo escuchado a fin de poder evocarlo.
- *No influenciar*: ni siquiera con gestos o actitudes.
- *No substituir*: la experiencia del otro por la propia.
- *No abstraer*: desencarnando la vivencia del acompañado.
- *No discriminar*: entre lo importante y lo banal.

Todas estas características de la escucha son importantes; no obstante me voy a detener solamente en dos de ellas: hacer silencio y observar.

El primer requisito para *crear silencio* es callarse. Esto permite silenciar o acallar el mundo interior, en concreto: dejar de pensar. Y es precisamente este silencio interior lo que permite acoger la palabra y el ser del acompañado.

Este silencio, cuando es oportuno, produce cuantiosos frutos. Ante todo, el descanso necesario para poder proseguir. Y además: tiempo para que el acompañado enfoque y elabore su experiencia, asimile sus sentimientos y piense lo que quiere decir. Cuando el acompañante calla porque no sabe qué decir o porque es incapaz de expresarse los frutos son inexistentes o amargos.

Obviamente el silencio acogedor no es algo que se improvisa. Para que sea auténtico ha de provenir del silencio de la vida. Hace ya tiempo les dí unos consejos prácticos al respecto: ¿se acuerdan de aquella dieta de silencio y palabras? No hace falta entonces volver a mencionarla.

Los pecados capitales contra el silencio y la escucha, o las principales causas que los dificultan, me parecen que se pueden reducir a éstas tres:

- Damos por supuesto que el otro espera una palabra y una solución a su problema.
- Preparamos nuestras respuestas a medida que vamos escuchando, si es que escuchamos.
- Escuchamos lo que nos afecta e interesa y apenas si oímos el resto.

Para poder *observar* hay que prestar atención. Y no sólo a las palabras, sino también a las posturas, gestos y conductas. Este lenguaje o comunicación no verbal, casi siempre involuntario o inconsciente, suele ser más expresivo y hasta más auténtico que muchas palabras.

El ámbito de lo observable abarca toda la persona del acompañado. Sin pretender ser exhaustivo puedo al menos puntualizar lo siguiente:

- *Aspecto físico*: marco corporal, energía que lo vivifica, ademanes, movimientos, tono de voz, forma de vestir, cuidado personal...
- *Aspecto afectivo*: estado de ánimo, intensidad de los sentimientos, libertad de expresarlos o represión de los mismos, coherencia entre los sentimientos y las palabras y entre los sentimientos y los gestos...
- *Aspecto intelectual*: capacidad de entendimiento y comprensión, precisión en el vocabulario, lógica del discurso, principios e ideales...
- *Aspecto volitivo*: capacidad de decisión, firmeza de carácter, veleidad, impositividad...
- *Aspecto relacional*: interés por el encuentro y diálogo, confianza, retraimiento, agresividad, defensividad, dependencia, indiferencia, superioridad...

Ahora bien, si prestamos atención a la comunicación no verbal captaremos muchas cosas que no son comunicadas con palabras, sea porque no se quiere o porque no se puede o no se sabe. Nuestro acompañado nos comunicará muchísimos mensajes mediante:

- *La mirada*: comunicando comprensión, petición, tristeza, alegría, rechazo, desconcierto, complicidad...
- *La boca*: transmitiéndonos sorpresa, rabia, complacencia, duda, desprecio, seducción...
- *La piel*: que con su rubor nos habla de vergüenza o inhibición, con su palidez nos comunica temor, con su humedad nos indica nerviosismo, ansiedad o...
- *La voz*: su tono o cambios del mismo denotan sentimientos y alteración afectiva...
- *Las posturas*: el encogimiento puede revelar autoprotección, el entrecruzamiento de brazos o pies mostraría cerrazón, el relajamiento sería índice de confianza, la rigidez denotaría control, la inclinación hacia adelante demostraría interés o intimidad...

Juan de la Cruz nos dice que: “el espíritu purgado, con mucha facilidad naturalmente puede conocer –y unos más que otros– lo que hay en el corazón o espíritu interior, y las inclinaciones y talentos de las personas; y esto por indicios exteriores, aunque sean muy pequeños, como por palabras, movimientos y otras muestras” (*Subida*, II, XXVI:14). Pero en todo esto es muy importante no saltar a conclusiones precipitadas, nos lo recomiendan no sólo los santos y los psicólogos, sino también la prudencia y el sentido común.

Y, ¡atención!, también nosotros, como acompañantes, emitimos cantidad de mensajes no verbales. Hemos de tomar conciencia de ellos y utilizarlos para la edificación y bien del acompañado. Sería lamentable que con las palabras dijéramos blanco y con los gestos comunicáramos negro.

Quizás a alguno le pueda parecer que todo esto del lenguaje no verbal es un poco exagerado. Hay una forma sencilla de comprobar su importancia: entablemos una conversación y, durante la misma, continuemos charlando un rato con los ojos cerrados. Podemos luego preguntarnos: ¿cuándo escuchamos más y mejor, cuando escuchamos sólo con los oídos o con los oídos y los ojos conjuntamente? No se escucha de igual manera en una conversación telefónica que en una conversación cara a cara.

La escucha atenta infunde en el acompañado el sentimiento de haber sido aceptado y comprendido, lo estimula a continuar hablando y lo predispone a escuchar: sólo después de hablar y haberse expresado podrá nuestro acompañado escuchar y atender lo que podamos decirle.

Miren, la experiencia de algunos años de acompañamiento espiritual me ha enseñado que la escucha ocupa el lugar central en la acogida. La escucha permite el don de uno mismo, hace posible manifestarse, deja estar, hacerse y ser presente. Sin escucha es imposible comprender al acompañado y ayudarle a comprenderse.

Y con las últimas palabras dichas llegamos al cuarto componente de la acogida. Me refiero a la comprensión.

d. Comprensión

Si deseamos comprender a nuestros prójimos en nuestra vida corriente tendremos que comenzar por hacer propias las siguientes verdades:

- No somos necesariamente iguales: esto que a mí me gusta quizás no le guste a ella, esto que yo pienso probablemente no es lo que él piensa...

- El comportamiento externo no siempre es reflejo fiel del sentimiento íntimo: me insultó pero no porque me odia sino porque está deprimido y se siente frustrado con su trabajo...
- Un problema personal difícilmente se reduce a una sola y simple causa: además de importarle el dinero, se siente poco querido, le ha ido mal en los negocios y...
- Al prójimo le importa que nos ocupemos de él, pero sin coaccionar su voluntad: cuando lo desees no tienes más que llamarme y enseguida nos encontraremos...
- La comprensión tiene sus límites: ¿cómo te voy a comprender totalmente si yo mismo soy un misterio para mí?
- Comprender al prójimo es ayudarlo a comprenderse.

Presupuestas las verdades recién presentadas, podemos tratar ya de la comprensión en el ámbito específico del acompañamiento espiritual. En este ámbito, la comprensión es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, pero sin dejar de ser uno mismo. En otros términos: percibir y sentir la realidad interior y exterior tal como nuestro acompañado la percibe y siente.

Ahora bien, cuando hablo de percepción me estoy refiriendo al *mundo experiencial*, al marco de referencia, al campo perceptivo. La realidad es casi la misma aunque las denominaciones varíen.

Obviamente que para poder entrar en el mundo del acompañado, el acompañante tiene que dejar su propio mundo, pero sin identificarse con el ajeno. Pero, ¿en qué consiste el mundo del otro, el mundo experiencial del acompañado? Si lo ignoramos, difícilmente podremos entrar en él. Quizás nos ayude distinguir e identificar los distintos aspectos de dicho mundo. Al menos los siguientes :

- Lo *objetivo* que el acompañado confronta: personas, cosas, hechos, circunstancias que existen fuera de él y aún sin él.
- Lo *subjetivo*, compuesto por:
 - Lo *captado*: todo aquello que el acompañado conscientemente ve y acepta, piensa, entiende e interpreta, verbaliza y comunica acerca de lo objetivo que ha confrontado o confronta.
 - Lo *acentuado*: todo aquello de lo captado que, por ser compatible con su autoimagen, atrae su atención y concentra su experiencia.
 - Lo *deformado*: todo aquello que sus reacciones defensivas, sobre todo inconscientes, filtran, colorean, reinterpretan o mal interpretan respecto a lo objetivo confrontado.
 - Lo *rechazado*: todo aquello que no ha captado conscientemente, ya sea porque atenta contra su yo personal, su experiencia habitual, su autoimagen, o por otros motivos.
 - Lo *resonado*: toda resonancia afectiva que la confrontación ha producido, y además el estado afectivo y los sentimientos presentes.

Este sencillísimo análisis del mundo experiencial nos permite hacer estas constataciones no carentes de interés e importancia: lo objetivo es más amplio que lo captado; lo captado, a su vez, suele ser mayor que lo acentuado, pero no siempre es mayor que lo deformado y rechazado; lo resonado, finalmente es coextensivo con todo lo subjetivo.

¿Adónde quiero llegar con las constataciones recién hechas? A lo siguiente. Si deseamos comprender y ayudar a comprenderse a nuestros acompañados, entonces:

- Nuestra comprensión de lo objetivo que ellos han confrontado ha de ser lo más adecuada y cierta posible: sólo así podremos ayudarlos a objetivizar su experiencia subjetiva.
- Lo que captamos de lo subjetivo ha de ser más amplio que lo captado por ellos, es decir, ha de incluir lo que deforman y rechazan: de este modo nos será posible ayudarle a ampliar lo que han captado.
- Lo que acentuamos procurará ser tan amplio como lo que captamos: si no nos desconcentramos de nuestra experiencia no podremos entrar en la ajena.
- Lo que deformamos y rechazamos ha de ser reducido al mínimo posible: caso contrario nos convertiremos en unos ciegos que guían a otros ciegos.
- Nuestra resonancia afectiva tratará de estar en sintonía con la resonancia afectiva que ellos vivencian: caso contrario no comprenderemos lo más propio y subjetivo de sus experiencias.

Como ya se habrán dado cuenta, no es fácil comprender a los otros. Es tarea difícil y ardua abandonar el propio mundo experiencial para entrar en el ajeno. Las principales causas de esta dificultad parecen ser éstas: egocentrismo que mide al otro con la propia experiencia, rigidez mental, proclividad al juicio, autoritarismo directivo o inseguridades personales. A todo lo cual se le puede agregar esto otro: la inmadurez afectiva que da lugar a la lejanía indiferente o a la cercanía identificante; no es fácil encontrar la distancia justa que permita acompañar y ayudar sin abandonar, suplantar o confundir.

Bueno, no sé si me he explicado bien. Pero si me leen con atención, benevolencia y afecto lograrán comprenderme. Sobre todo si me escuchan con esa empatía que es sintonía y compenetración de sentimientos y vivencias. Y con esto nos encontramos ya en el último componente de la acogida: la empatía misma.

e. Empatía

Por empatía entiendo la comprensión experiencial, sobre todo afectiva, de la vivencia afectiva del otro. Se trata de la llave maestra para entrar en el mundo experiencial del acompañado. Mediante la empatía comprendemos lo que el otro vive y siente y podemos así ayudarlo a comprenderse.

Se trata de algo más que una mera simpatía. Esta última es simplemente una sintonía afectiva que permite una comprensión sensible de lo sensible, pero no hace entrar necesariamente en el mundo experiencial ajeno.

En la empatía, la experiencia de comprensión afectiva se enriquece con la ayuda de la imaginación, la perspicacia intelectual y los recursos imponderables de la intuición inconsciente.

Todos poseemos en mayor o menor grado la capacidad de empatizar. Sin darnos cuenta la ejercitamos muchas veces al día. Esto nos sucede, por ejemplo, en la lectura de un libro que nos apasiona e interesa, como espectadores de un programa de televisión, en el cine o en el teatro. La experiencia artística es altamente empática. De hecho, la comprensión empática se puede dar en cualquier conversación interesante y, sobre todo, con aquellas personas a quienes amamos.

Si salir del propio mundo es requisito para comprender el mundo ajeno, hay que decir que la comprensión empática depende absolutamente de esta salida y entrada. Quien no se relaja, entrega y pierde difícilmente podrá experimentar la empatía tal como la estoy dando a entender. Sin acogida

no hay empatía y sin empatía no hay acogida. ¿Cual es la clave de la comprensión empática? ¡El amor fundido con el conocimiento!

f. Afectividad

Voy a aprovechar este contexto para decirles algo más sobre la afectividad en la acogida y en la relación de acompañamiento espiritual en general.

La primera afirmación es ésta: la afectividad está siempre presente. Al referirme a la escucha les decía que el acompañante ha de procurar sentir lo que su acompañado siente, caso contrario jamás llegará a comprenderlo. Y aludí a ella en relación con la aceptación: el que acepta afectuosamente hace sentir su aceptación.

Aceptar con afecto es equivalente a aceptar con amor que se hace sentir. Pero esto está muy lejos de cualquier tipo de paternalismo, maternalismo, proteccionismo o confianza fingida.

La aceptación afectuosa justa es siempre efectiva pues sale al encuentro y responde a dos necesidades básicas de cualquier ser humano: aprecio y amor. Las respuestas a estas necesidades generan frutos de confianza y seguridad en sí mismo.

Los errores en esta línea pueden ir por el lado del defecto o del exceso. En el primer caso, puede existir: distanciamiento, indiferencia o, peor aún, frialdad. Los frutos que se producen son: sentido de abandono, sentimientos de inseguridad, poco estímulo hacia el crecimiento y, finalmente, conclusión del mismo acompañamiento espiritual.

La excesiva carga afectiva en la relación producirá también frutos amargos. El más común es la dependencia afectiva. La pérdida de la necesaria y justa distancia dará además lugar a la identificación y involucramiento que impedirá cualquier tipo de objetividad. Por último, el mutuo afecto puede hacer que el afecto inicial pase de la simpatía al enamoramiento, lo cual es un fenómeno bastante distinto y complejo que el inicialmente deseado.

Vale la pena que nos detengamos aún otro momento. Quiero presentarles con más prolijidad algunos fenómenos afectivos que suelen hacerse presentes en el diálogo y encuentro espiritual. Me refiero a la reciprocidad, las interferencias, la transferencia y la contratransferencia.

- *Reciprocidad:* Se trata del mutuo afecto, normal y natural, que se da en toda relación interpersonal. No se trata de un afecto exclusivo, sino multiplicable en otras relaciones similares, pero esta multiplicidad deja intacta la originalidad y singularidad de cada relación. Esta reciprocidad afectiva puede dar lugar a repercusiones sensibles y fisiológicas que, en situaciones normales, no han de ser causa de perturbación. (cf. Juan de la Cruz, *Noche I,IV*).
- *Interferencias:* Junto con la relación afectiva recíproca se pueden dar también otros afectos que interfieren la misma relación. Las causas pueden ser múltiples: asociación con afectos propios de otras relaciones recíprocas como la relación sponsal; reviviscencias de otras situaciones similares pasadas; superación deficiente de conflictos precedentes. Lo importante es que predomine la relación pese al efecto perturbador de las interferencias. Caso contrario, la discreción aconsejaría suspender o cortar la relación.
- *Transferencia:* Este fenómeno ha sido muy estudiado por la psicología profunda. Se trata de un fenómeno inconsciente, tenaz y casi constante. Consiste en la proyección y revestimiento del acompañante con cualidades de personas significativas en la vida del acompañado. De este modo el acompañado siente y actúa respecto a su acompañante como si éste fuera el origen de esos afectos. Los casos más típicos suelen ser éstos, ver al acompañante como:
 - Un superior intransigente de quien hay que defenderse.
 - Un juez acusador ante quien hay que justificarse.

- Un bienhechor todopoderoso a quien hay que tener contento para que nos ayude.
- Un profesional que atenderá todos nuestras problemas y no nos cobrará un solo peso.
- Alguien que puede decidir por uno mismo y aliviar así de toda responsabilidad.
- Un sabio que no se equivoca jamás y en quien puedo poner toda mi confianza.

Hay tres actitudes típicas que delatan la presencia de la transferencia por parte del acompañado: la obstinación en ciertas actitudes, temas o problemas; resistencia ante las propuestas sugeridas; y ambigüedad de sentimientos respecto al acompañante.

En un inicio esta transferencia puede prestar algunos servicios, como el de un mayor conocimiento del acompañado constatando como vive el presente bajo la influencia del pasado. Pero si el acompañamiento va a durar un cierto tiempo habrá que reorientar la relación hacia su genuina realidad. Por lo general el vínculo creado por la transferencia se rompe en cuanto se lo convierte en tema explícito de conversación.

- *Contratransferencia*: Es la respuesta equívoca a la transferencia padecida, o una simple transferencia de afectos sobre la persona del acompañado. Puede estar ocasionada por una situación pasajera de cansancio o hastío producto de una jornada difícil; o también puede tratarse de una proyección defensiva al ser tocado en un flanco débil. El caso típico suele tener por causa el involucramiento mutuo de afectos debido a un acortamiento indiscreto de distancias. La existencia de este tipo de contratransferencia puede detectarse con la ayuda de preguntas como éstas: ¿Ansío la visita de mi acompañado? ¿Siento hastío con él o ella? ¿Le temo u odio? ¿Me alegro al verlo o verla? ¿Siento rechazo o tendencia a la protección? La respuesta sincera a estas preguntas puede ser suficiente para desenredar o desligar la situación.

Pero, ¿cuál es el justo medio respecto al afecto en el diálogo y encuentro espiritual? A decir verdad, las variables son tantas que no se puede establecer una norma general aplicable a todos los casos. Es tarea del acompañante espiritual discernir cada vez la calidad e intensidad del afecto en la relación. Para esto se ha de tener en cuenta, además de los valores morales, las circunstancias de: edad, sexo, sensibilidad, madurez y formación, mutua confianza, estado de ánimo del momento y tema que se está tratando. ¡Por los frutos se conocerá!

Por todo lo dicho se podrán dar fácilmente cuenta de la necesidad de un cierto grado de madurez afectiva para ser un acompañante espiritual provechoso y eficaz. Simplificando podemos decir que esta madurez consiste en una cierta armonía o coherencia entre afectividad y racionalidad (inteligencia y voluntad). Ella crea un ámbito de libertad para amar gratuita y oblativamente. Se trata de una realidad dinámica y siempre en proceso. Un grado normal de madurez afectiva es necesario a fin de poder:

- Promover y acompañar el crecimiento con la propia vida y personalidad.
- Sobrellevar con ecuanimidad y buen humor las oscilaciones del acompañado.
- Comunicar afecto positivo y constructivo sin quedar envuelto en el mismo.

B. Clarificación

Veamos ahora la segunda función básica del acompañante en el proceso del acompañamiento espiritual: la clarificación.

Clarificar, en este contexto, quiere decir ante todo convertirse en un espejo para que el acompañado pueda ver reflejada su realidad. El medio práctico más sencillo para reflejar es la reformulación, diré también una palabra sobre la reubicación y explicitación de posibilidades.

a. Reformulación

La reformulación es la clara conceptualización y verbalización de lo que el acompañante ha captado de su acompañado. Esto puede hacer de diversas maneras, de acá los diferentes tipos de reformulación.

- *Reiteración:* Se refiere a la mera y sencilla repetición de lo comprendido. Por lo general conviene prologarla con frases como: “me dices que...” Pero también puede reducirse a simples gestos de asentimiento o a la repetición de las últimas palabras de una frase.
- *Dilucidación:* Se trata en este caso de reflejar elementos que no han sido plenamente formulados pero que son fácilmente deducibles. Es importante evitar aquí todo aire detectivesco y actuar con sumo respeto e infinita delicadeza. Es conveniente introducirla con palabras que muestren su aspecto subjetivo: “perdón, si entiendo bien, has querido decir que...”
- *Reflejo de sentimientos:* Se refiere a espejar estados de ánimo y todo aquello que no es el contenido objetivo de la comunicación, es decir, lo comunicado no verbalmente. Este reflejo ha de ser claro y fácilmente comprensible, puede reducirse a una simple pregunta: “¿cómo te sientes?”, seguida de una reiteración: “te siento un poco...” Todo lo dicho anteriormente sobre la observación y la comunicación no verbal es de gran utilidad para este tipo de reformulación.
- *Resumen:* Es de utilidad sobre todo si el acompañado ha hablado por largo tiempo. Ayuda a recapitular las ideas principales o que al menos han sido percibidas así.

Una reformulación bien hecha acorta las distancias entre el acompañado y su acompañante y permite que este último se sienta comprendido y que el primero verifique si está realmente acompañando.

b. Reubicación

Reubicar la situación actual del acompañado en el contexto total de su vida y de la vida de quienes lo rodean es otro elemento básico de la clarificación.

La reubicación permite que el acompañado vaya tomando distancia y viendo su situación en su dimensión real y con referencia a posibles causas y efectos.

El fruto más rico de una reubicación bien lograda es la paulatina aceptación de la realidad tal como ella es.

c. Explicitación de posibilidades

Si las circunstancias lo demandan el acompañante puede explicitar posibilidades. Pero atención, conviene que estas posibilidades ya estén en el corazón del acompañado, aunque en forma latente, o quizás de manera manifiesta para todos menos para él mismo. A este propósito se pueden utilizar:

- Preguntas que no atenten contra la libertad: “¿has pensado que...?”
- Información breve y oportuna: “sé que ahora hay...”
- Consejos sencillos que muestren su matiz subjetivo: “me parece que es mejor...”

- Apremios motivantes: “me llama la atención que una persona como tú desee...”

Concluyendo este apartado me parece importante agregar lo que sigue. La función del acompañante, en el contexto de la clarificación, es sólo asistencial. Corresponde y es responsabilidad del acompañado ir objetivizando y conceptualizando su situación. Si bien se presupone que la objetivación de la vida o de una experiencia nunca es totalmente adecuada a las mismas, no obstante es un paso necesario para la comprensión, apropiación e integración de ellas.

C. Confrontación

En este caso el acompañante no se limita a responder sino que se adelanta a su acompañado y lo invita a confrontarse con su propia realidad y las demandas del evangelio.

San Pablo, en su carta a los cristianos de Efeso, nos da un consejo muy útil aplicable a este respecto: “hacer la verdad en la caridad” (5:14-15). Los diálogos de Jesús con la adúltera y la samaritana son dos magníficos ejemplos de confrontación con la verdad de la propia vida en el ámbito del amor acogedor (Jn. 4; 8:1-1).

a. La propia vida

Se trata, ante todo, de desenmascarar la propia vida de todos sus disfraces, caer en la cuenta de la propia mentira, y asumir las propias responsabilidades. Mucho de lo que les escribí sobre el autoconocimiento viene al caso en este lugar, pero no es necesario repetirlo. Las formas más simples de confrontar, entre tantas otras posibles, son las siguientes:

- Señalar la contradicción entre dos afirmaciones: “no entiendo bien, la semana pasada me decías que te atraía la medicina y hoy me dices que entrarás en el seminario aunque no te gustan los curas”.
- Mostrar la ambigüedad entre la teoría y la práctica: “me dices que la fidelidad conyugal es un valor importante en tu matrimonio, pero parece que sólo se aplica a tu mujer...”
- Indicar las consecuencias que se siguen de algo que ya se sabe y acepta: “no veo cómo puedes hacer ese viaje de turismo si, como bien sabes, tu situación económica es tan difícil...”

La confrontación con la propia vida y, más aún, la ayuda para facilitar tal confrontación, no es asunto fácil. Para que la confrontación mediada por el acompañante sea eficaz ha de reunir estas condiciones.

- Tener como único fin el crecimiento del acompañado.
- Darse en un clima de respeto y comprensión empática.
- Evitar toda sombra de agresividad.
- Buscar y encontrar el momento oportuno.
- Suficiente capacidad y apertura en el acompañado.

b. Las exigencias evangélicas

Por otro lado, los valores cristianos y las exigencias evangélicas no se han de dejar entre paréntesis, han de ser progresivamente presentadas a fin de ir confrontando la vida con las

invitaciones de la Buena Nueva. De esta forma el acompañante se convierte en un servidor de la Palabra de Dios: encarnándola en sí mismo invita a su hermano a dejarla crecer en él.

Esta confrontación con la verdad del Evangelio puede muy bien hacerse en forma de sugerencias. El mismo Jesús acostumbraba hacerlo así, concretamente se valía de:

- Sugerencias indicativas: “si quieres... vete... vende...”
- Interrogación que hace pensar: “¿porqué me buscabais?”
- Sugerencia que invita a la decisión: “si conociérais el don de Dios y quien es el que te dice...”
- Sugerencia abstracta que permite sea apropiada: “si uno no nace del agua y del Espíritu no puede entrar en el reino de Dios...”
- Sugerencia sin palabras, con hechos: “y marchaba delante subiendo a Jerusalén”.

Otra forma práctica de poner en obra la confrontación con el evangelio es sugerir textos bíblicos determinados para ser confrontados en el tiempo de la oración bíblica. Pero esto es evidente y no hace falta detenernos en ello.

Confrontar no es fácil, y por muchos motivos. Ante todo, hay que vencer el temor ante un eventual enojo del acompañante. Luego, es mucho más agradable ser positivo y condescendiente. Por último, a nadie le gusta «hacer sufrir», aunque sea condición para un ulterior crecimiento.

D. Discernimiento

Nos encontramos ahora en el momento más importante y crucial del diálogo espiritual. La necesidad del discernimiento se impone por una doble condición de la vida cristiana. Ante todo, tenemos que confesar que sufrimos influencias de seres espirituales (Dios y demonios). Luego, tenemos que admitir que ni el contenido de la fe ni el camino hacia la Vida nos son inmediatamente evidentes. Sin discernimiento no podemos vivir una vida auténticamente cristiana ni caminar en la verdad.

Recordarán que ya traté del discernimiento en un par de cartas precedentes sobre la oración discerniente y la oración discreta. En ese momento traté de clarificar el vocabulario y, más brevemente, la naturaleza y el objeto. Puse el acento en los criterios sobre la consolación y desolación y sobre las inspiraciones y tentaciones. Les expliqué asimismo varios métodos para discernir opciones individuales, comunitarias y eclesiales, éstas últimas en relación con los signos de los tiempos.

En esas dos cartas hablé del discernimiento espiritual y del discernimiento de espíritus indistintamente. Trataré ahora de precisar mejor mi pensamiento y vocabulario.

Cuando hablo de discernimiento espiritual, uso el término «espiritual» como un adjetivo que califica o indica la cualidad del discernimiento. Nuestro discernimiento será espiritual en la medida de nuestra incorporación a Cristo y la inspiración del Espíritu: “sólo el Espíritu de Dios conoce las cosas de Dios (...) el hombre mundano no capta las cosas del Espíritu de Dios (...) porque sólo a la luz del Espíritu pueden ser discernidas” (I Cor.2:11,14). Sólo mediante una transformación de nuestra mentalidad mundana en la mentalidad nueva y cristiana, la de Cristo mismo, se puede discernir cuál es la voluntad de Dios, lo bueno, lo que le es agradable, lo perfecto (Cf. Rom.12:2).

Por otro lado, hablando de discernimiento de espíritus, el «de espíritus» se refiere al objeto inmediato del discernimiento. Es decir: mociones o iluminaciones interiores, la incidencia interior y espiritual de diferentes tipos de fenómenos.

Ahora, en el contexto del acompañamiento espiritual, y para ser bien preciso, diré que trataré del discernimiento como “discernimiento espiritual de espíritus”.

Para nuestro propósito presente, sin temor a repetirme, trataré de aclarar algunos interrogantes acerca de la naturaleza, objeto y criterios del discernimiento; ofreceré luego algunas aclaraciones que considero importantes.

a. ¿Qué es discernir?

A fin de entender qué es el discernimiento hemos de tener en cuenta la siguiente realidad esencial que, con palabras del Doctor discreto, podemos expresar así:

“Presupongo ser (haber) tres pensamientos (o mociones a obrar) en mí, es a saber, uno propio, el cual sale de mera libertad y querer (esto es, cuando por mí mismo se me ocurre y me interesa hacer algo, quedando mía toda la iniciativa), y otros dos que vienen de fuera (como sugeridos y de iniciativa ajena), el uno que viene del buen espíritu y el otro del malo.” (San Ignacio, *Ejercicios*, 32; cf. Casiano, *Colaciones*, I:19-20).

Ahora bien, en la práctica, dado que lo que más nos interesa es distinguir la orientación de las mociones (pensamientos, intenciones, deseos, intuiciones, “espíritus”) que experimentamos, podemos decir que hay dos tipos de mociones: una buena o hacia el bien y otra mala o hacia el mal (Cf. San Bernardo, *Sermones varios*, XXIII). Nótese, además, que al decir malas o hacia el mal nos referimos también a bienes menores o aparentes bienes mayores.

Habiendo aclarado y asentado lo que antecede podemos dar ya una respuesta inicial al interrogante sobre la *naturaleza* del discernimiento.

El discernimiento es, ante todo, un *carisma sublime* a recibir con gratitud y consuelo por ser muy adecuado y útil a las necesidades de la Iglesia; pero no ha de pedirse temerariamente ni esperar de él presuntuosamente los frutos del trabajo espiritual (Cf. Vaticano II, *Lumen Gentium*, 12).

Se trata de un instinto sobrenatural y profético que permite percibir intuitivamente el origen y orientación salvífico o maléfico de deseos, pensamientos y mociones propias y ajenas. Implica posibilidad de error subjetivo debido a interpretaciones equivocadas o mal uso de la luz sobrenatural (Cf. San Ignacio, *Carta* (51) de VII-1549 a San Francisco de Borja y *Carta* (75) del 5-VI-1552 al mismo).

Sin negar para nada lo que acabamos de afirmar, debemos agregar que, casi siempre, cuando nosotros hablamos de discernimiento nos referimos a un *carisma común* a recibir y a conquistar. O, como dice, el Nuevo Ritual de la Penitencia: “la discreción de los espíritus es el conocimiento íntimo de la obra de Dios en el corazón de los hombres, don del Espíritu Santo y fruto de la caridad (Cf. Fil.1:9-10)” (III.10a). Este carisma nos permite, no tanto detectar el origen de las mociones provocadas por diferentes causas, cuanto:

- *Sentir* o caer en la cuenta de las mociones que nos agitan.
- *Distinguir* o interpretar su sentido bueno o malo según su orientación hacia el bien o hacia el mal.
- *Determinar* el comportamiento discreto que dichas mociones reclaman.

Es, pues, un don adquirido mediante el ejercicio de la caridad, la prudencia y la experiencia en la aplicación de los criterios de discernimiento de espíritus. En otras palabras, el discernimiento es un juicio prudente y contemplativo, orientado a la acción, sobre nuestra interioridad religiosa en cuanto mediación y lugar de acción de la gracia divina.

Mediante el discernimiento participamos en la visión que el Padre tiene de la realidad y nos adherirnos a su voluntad salvífica, que orienta hacia Si Mismo los corazones y la historia, mediante la cooperación libre de los hombres a la acción del Espíritu Santo.

Por lo que podemos ver, el discernimiento es un tipo de *conocimiento práctico* y no tanto teórico o especulativo. Diremos, entonces, que es un conocimiento en la fe, ordenado a obrar por el amor y a encarnar en el hoy aquello que aún esperamos en plenitud, la voluntad amorosa del Padre.

Dado que siempre se trata de un carisma, sublime o común, es para provecho y bien de la Iglesia (Cf. I Cor.12:7); por lo tanto, su práctica al margen de ella carecería de todo sentido.

b. ¿Qué discernir?

Y ¿qué decir del *objeto* del discernimiento?, ¿qué es lo que se discierne? Ya he dicho en diferentes formas que el fin u objeto del discernimiento es la voluntad de Dios en una circunstancia concreta.

Más particularmente, el objeto del discernimiento es toda la vida espiritual y la vida sin más desde una óptica de fe: “discernidlo todo y quedaos con lo bueno” (I Tes.5:19). También podemos decir que el fin u objeto del discernimiento es el mismo que el del acompañamiento espiritual: el crecimiento en Cristo por el Espíritu.

Ahora bien, la practica de este don y arte a lo largo de la historia de la espiritualidad cristiana nos enseña que su objeto inmediato consiste en dos clases de fenómenos internos ocasionados por diversas causas, a saber:

- Luces y mociones interiores que *orientan y determinan* opciones importantes de la vida.
- Consolaciones y desolaciones espirituales que dan lugar a la *paz o al combate* espiritual.

Más en general, y desde otro punto de vista, diríamos que también es objeto de discernimiento el espíritu habitual o la *tendencia espontánea y permanente*. De hecho, este discernimiento es algo previo al discernimiento de mociones actuales y pasajeras; pero también, consecuencia del discernimiento de ellas por un largo período de tiempo. Y otro tanto se puede decir del discernimiento en las *crisis de crecimiento*, sea éste en la vida de oración o de servicio.

Parece oportuno citar en este contexto unas palabras de san Francisco de Sales que desbordan sentido común:

“Te quiero poner al abrigo de una tentación enojosa que aqueja frecuentemente a las almas muy deseosas de seguir siempre lo más conforme a la divina voluntad. El enemigo de toda coyuntura las hace dudar sobre si está la voluntad de Dios en esto o en aquello; por ejemplo, si en que coman con el amigo o en que no coman; en que vistan de gris o de negro; en que ayunen el viernes o el sábado; en que se den al recreo o en que se abstengan; todo esto les hace malgastar mucho tiempo, y mientras se detienen a deliberar lo mejor, pierden miserablemente la ocasión de hacer muchas cosas buenas, de lo cual derivaría más gloria para Dios que no de esa perplejidad de elección entre lo bueno y lo mejor a que se entregan (...) No es costumbre pesar las monedas chicas, sino las de más valor (...) tampoco hay que ponderar toda suerte de pequeñas acciones para ver si valen más que las otras (...) No es servir con diligencia a un señor perder el tiempo en considerar lo que se debe hacer, sino hacer lo que se debe. Es necesario medir la atención por la importancia de la obra” (*Tratado del Amor de Dios*, L.VIII, XIV).

Digamos, por último, que en esta obra de discernimiento el acompañado ha de ser el propio intérprete y crítico de su situación. El acompañante le asiste gracias a su conocimiento teórico-práctico, experiencia de lo espiritual y ventajas que reporta el hecho de no ser él quien está “metido en el baile”. Siempre es válido aquello de “nadie es buen juez de su propia causa”, aunque el dictamen de la propia conciencia tenga la penúltima palabra. Sea como sea, recordemos aquello de san Bernardo: “El que se constituye en maestro de sí mismo, se hace discípulo de un tonto” (*Carta 87:7*). Y “el que elude dar la mano al maestro se la da al seductor”. (*Sermón sobre el Cantar*, 77:6).

c. ¿Cómo discernir?

El fin del discernimiento es abrazar la voluntad del Padre. Pero, ¿cómo se nos manifiesta la voluntad divina?, ¿cómo podemos conocerla? Aclaremos, ante todo, que la voluntad de Dios se nos manifiesta y puede ser conocida por diferentes vías, entre ellas:

- Mediante los *mandamientos y prohibiciones*, dados a conocer por Dios mismo o por medio de la Iglesia y sus legítimas autoridades.
- Mediante nuestra *recta razón* que, creada por Dios, es reflejo de la inteligencia divina.
- Por medio de *inspiraciones y luces consoladoras* que esclarecen nuestro entendimiento y mueven nuestra voluntad.

Ahora bien, la primera manifestación reclama obediencia. La segunda, el ejercicio de la virtud de la prudencia. Y la tercera, discernimiento de espíritus.

Si sólo Dios moviera al alma no habría nada que discernir. El discernimiento es una realidad pues el mal espíritu y la propia naturaleza caída pueden motivarnos y orientarnos hacia el mal, un bien menor o un bien mayor aparente. ¿cómo discernir, entonces, las mociones que nos agitan? Por medio de los criterios de discernimiento espiritual de espíritus.

Jesucristo, el único que ha visto al Padre y uno con El en el Espíritu, es, por lo mismo, el único que conoce su voluntad. Por consiguiente, El es *Criterio absoluto* de todo discernimiento. La actitud hacia Cristo nos permite discernir la presencia o ausencia del Espíritu de Dios:

“Por eso les aseguro que nadie, movido por el Espíritu de Dios, puede decir: ‘Maldito sea Jesús’. Y nadie puede decir: ‘Jesús es el Señor’, si no está impulsado por el Espíritu Santo” (I Cor.12:3).

“Cuando venga el Espíritu de la Verdad, él los introducirá en toda la verdad, porque no hablará por sí mismo, sino que dirá lo que ha oído y les anunciará lo que irá sucediendo. El me glorificará, porque recibirá de lo mío y se lo anunciará a ustedes. Todo lo que es del Padre es mío. Por eso les digo: ‘Recibirá de lo mío y se lo anunciará a ustedes’” (Jn.16:12-15).

La “mente”, el “sentir” y el modo de actuar de Jesucristo están consignados en el Nuevo Testamento. Esto hace que en él encontremos la óptica básica o los *criterios fundamentales* para discernir la salvación o perdición. Nuestro seguimiento y conformación con Jesucristo sólo puede producir frutos positivos, es decir, los frutos del Espíritu:

“El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad, bondad y confianza, mansedumbre y temperancia (...) Si vivimos animados por el Espíritu, dejémonos conducir también por el Espíritu” (Gál 5:22-25).

El Espíritu Santo es el don del amor de Dios (Rom.5:5), por eso el Espíritu siempre engendra amor. Allí donde falta el amor todo pierde valor, hasta las obras más portentosas. El amor transparenta siempre al Espíritu de Dios:

“Si yo hablara todas las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, soy como una campana que resuena o un platillo que retiñe. Aunque tuviera el don de la profecía y conociera todos los misterios y toda la ciencia, aunque tuviera toda la fe, una fe capaz de trasladar montañas, si no tengo amor, no soy nada. Aunque repartiera todos mis bienes para alimentar a los pobres y entregara mi cuerpo a las llamas, si no tengo amor, no me sirve para nada. El amor es paciente, es servicial; el amor no es envidioso, no hace alarde, no se envanece, no procede con bajeza, no busca su propio interés, no se irrita, no tiene en cuenta el mal

recibido, no se alegra de la injusticia, sino que se regocija con la verdad. El amor todo lo disculpa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta” (I Cor. 13:1-7).

“Queridos míos, amémonos los unos a los otros, porque el amor procede de Dios, y el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. El que no ama no ha conocido a Dios porque Dios es amor... (I Jn.4:7-21).

Los criterios del amor son los criterios del Espíritu. El signo por el cual se reconocen los discípulos de Jesucristo es el amor que se tienen unos con otros (Jn.13:35). Y el mismo Espíritu que inspira a la persona individual es el alma del Cuerpo místico de Cristo que es la Iglesia. En consecuencia, todo aquello que edifica y contribuye a la paz y unidad de la Iglesia viene del Espíritu Santo (Cf. I Cor. 14).

Toda la primera carta de san Juan es un tratado de discernimiento espiritual. Basta leerla para convencerse de ello. El criterio joanino de discernimiento es simple. Si somos hijos de Dios hemos de actuar como Dios. Dios es luz, justicia y amor, amor, justicia y luz manifestados en Jesucristo. Los nacidos de Dios caminan en la luz, la justicia y el amor tal como caminó Cristo. ¡Los que caminan de otra forma no son hijos de Dios sino del demonio!

Los criterios fundamentales ofrecidos por el Nuevo Testamento son mediatizados y concretados por los *criterios primarios* elaborados por la tradición espiritual, como son los ofrecidos por san Ignacio en su libro de los Ejercicios (Cf. 313-327; 328-336).

Siguiendo la doctrina ignaciana, presentamos a continuación aquellos criterios o reglas que nos permitirán, además de sentir o caer en la cuenta, conocer el origen y orientación de las mociones que nos agitan, las buenas para abrazarlas y las malas para rechazarlas. Ya les he hablado de estos criterios cuando les escribí sobre la oración discerniente.

Una primera serie de criterios es sobre todo útil para los principiantes que suelen encontrarse en situaciones de combate espiritual; por consiguiente, es aconsejable presentárselas pedagógicamente en cuanto comienzan a ser agitados por diferentes espíritus.

La segunda serie de criterios, “con mayor discreción de espíritus” (*Ejercicios*, 328), más propia para los proficientes o avanzados, ha de ser expuesta cuando comienzan las tentaciones “bajo especie de bien” (*Idem, ibid.* 10); es decir: cuando satán se disfraza de ángel de luz.

d. Aclaraciones particulares

Desearía finalmente hacer algunas aclaraciones y advertencias sobre cuatro temas particulares: espíritus dudosos, pequeñas ilusiones, consolaciones y desolaciones, vicisitudes o alternancias.

REGLAS	INSTRUCCIONES Y DIRECTRICES		OBSERVACIONES	
	BUENO	MALO	ESTRUCTURA	PROCESO
1	Punza y muerde la conciencia de quien va mal	Propone placeres imaginarios y sensuales a quien va mal	Personas y mociones contrarias	Identificación del hombre nuevo y del hombre viejo
2	Fortalece, consueta y quita impedimentos a quien va bien	Entristece y pone impedimentos con falsas razones a quien va bien		
3	CONSOLACION		Mociones y pensamientos contrarios	Identificación de la obra de Dios y del malo
4		DESOLACIÓN		

5		Fortaleza sin mudanza y aídos sordos a los malos consejos	Directorio sobre la desolación	Hacia la paciencia y la humildad por el camino de la desolación
6		Intenso mudarse contra		
7		Considerar que aun hay gracia para resistir al enemigo		
8		Paciencia y diligencia contra para ser presto consolado		
9		Examinar las causas: negligencia, prueba, enseñanza		
10	Fortalecer para la desolación siguiente		Primer directorio sobre la consolación	Alto en el camino para fortalecerse y consolidar la humildad
11	Humillarse, pues sin la gracia consolatoria se es poca cosa	Fortalecerse pensando que con la gracia suficiente se puede mucho		
12		Mujer que lucha con un varón y es débil ante la fuerza y fuerte ante la condescendencia: rechazar rápida y fuertemente la tentación	Directorio sobre la tentación	Reconocimiento de las tácticas para luchar mejor contra el enemigo
13		Vano enamorado que quiere mantenerse secreto para no ser descubierto: abrirse al acompañante espiritual		
14		Caudillo que ataca por la parte más débil o menos protegida: examinarse en las virtudes, vicios y defectos personales		

En el discernimiento espiritual no todo es blanco o negro. Hay mociones o espíritus difíciles de discernir. A éstos la tradición los ha denominado *espíritus dudosos*. Veamos sumariamente algunas de sus principales manifestaciones:

- Desear o aspirar a un cambio de estado de vida luego de haber hecho una opción, sobre todo si ésta ha sido discreta.

- Inclinación hacia cosas singulares o raras que no son propias del estado de uno. ¿qué pensar de un matrimonio joven en el que una de las partes siente inclinación hacia un voto de continencia perpetua?

REGLAS	INSTRUCCIONES Y DIRECTRICES RESPECTO A LOS ESPÍRITUS		OBSERVACIONES	
	BUENO	MALO	ESTRUCTURA	PROCESO
1	Alegra de da gozo quitando tristeza y turbación	Combate la alegría y el gozo con razones aparentes, sutilezas y falacias	Espíritus contrarios	Pórtico hacia una segunda época espiritual
2	Sólo Dios puede consolar sin causa precedente		Directorio sobre la distinción operativa de las causas de las consolaciones	Paz acechada
3	Tanto el buen como el mal espíritu pueden consolar con causa precedente pero con fines contrarios			
4		Es propio del mal espíritu disfrazarse de ángel de luz	Directorio sobre la consolación en tiempo ambiguo	
5	Advertir si el principio, medio y fin de los pensamientos e inclinaciones es todo bueno, en tal caso es señal de buen ángel	Advertir si el fin de los pensamientos e inclinaciones es malo, distractivo, menos bueno o inquietante, en tal caso es señal de mal ángel		
6		Ganar experiencia mirando cómo poco a poco nos engaño el mal espíritu		
7	Al que procede de bien en mejor lo toca como gota que entra en una esponja; caso contrario, como gota que cae sobre una piedra	Al que procede de bien en mejor lo toca como gota que cae sobre una piedra; caso contrario, como gota que entra en una esponja		
8	Cuando la consolación es sin causa hay que mirar el durante y el después; lo que sucede en un segundo momento puede venir de diferentes espíritus		Apéndice al directorio sobre la consolación sin causa	

- Anhelar cosas extraordinarias en la práctica de las virtudes, como “locuras santas”.
- Grandes mortificaciones y penitencias corporales.
- Consolaciones sensibles habituales y continuas o desolaciones continuas sin algún tipo de paz en el Señor.
- Gracias y carismas extraordinarios no avalados por una vida interior virtuosa y una genuina donación a los demás.

- Denuncia profética sin espíritu de reconciliación.
- Justa corrección sin mansedumbre.

Ante este tipo de situaciones el discernimiento suele confrontar sus límites. En tales casos sólo queda esperar y juzgar por los frutos. No hay demonio que pueda ocultar siempre la cola y, sólo un tonto o un soberbio, pueden confundir un rabo con una mano amiga.

La falsedad o engaño espiritual es más común y frecuente de lo que se podría creer. Dejando de lado las grandes ilusiones e ilusos (falsos videntes, falsos enviados, etc.), deseo señalarles algunas *ilusiones pequeñas* pero peligrosas cuando por su estabilidad caracterizan el comportamiento espiritual de una persona.

Quede claro que la ilusión es un error inadvertido, pero alimentado por los afectos desordenados o el amor propio. Un simple error, cuando es percibido por la inteligencia, puede fácilmente ser corregido. La ilusión, por el contrario, tiene raíces más fuertes y hondas pues hay una afición, consciente o inconsciente que la retiene. Entre las ilusiones más comunes se cuentan las siguientes:

- Rechazar como imposible cualquier comunicación de Dios con su creatura y negar radicalmente la existencia y acción de los demonios.
- Afirmar con autosuficiencia y tenacidad criterios morales opuestos al auténtico magisterio de la Iglesia.
- Estar persuadido de que no se puede comenzar una vida espiritual seria hasta que Dios intervenga en forma manifiesta como intervino, por ejemplo, en la vida de san Pablo.
- Creer que la fidelidad y la entrega total ha de ser el primer paso o la disposición fundamental para comenzar a seguir al Señor y no una seria determinación de fidelidad y entrega.
- Acentuar y centrarse en actitudes o virtudes periféricas (caballerosidad, buen humor, sentido común, disciplina, templanza...) dejando de lado o en la periferia las virtudes y actitudes centrales (abnegación, recogimiento, humildad, espíritu de oración...).
- Considerar que es mala señal, y por lo mismo desalentarse, ser groseramente tentado cuando en realidad uno aborrece los vicios y pecados.
- Creer que la cooperación humana con Dios es regla infalible del crecimiento sensible y constatable de las virtudes.
- Estar convencido que se debe sentir lo que se quiere a fin de ser auténtico.
- Culpar a Dios de abandono injusto alegando al mismo tiempo la propia fidelidad cuando las cosas van mal o no van bien.
- Insistir en una discreción que mantiene en la mediocridad y la propia comodidad.
- Aducir que la virtud es algo absolutamente interior y que la verdadera mortificación (y la única) es el cumplimiento de los propios deberes.

- Aborrecimiento radical de un pecado y poca seriedad en la lucha contra otros que tocan más de cerca.
- Embebecimiento y búsqueda de consolaciones sensibles y poca atención a defectos notables.
- Llamar signos de los tiempos a lo que es moda, relajamiento, vanidad o respeto humano.
- Creerse bueno o santo porque se es aceptado, alabado y considerado.
- Gran compromiso social en nombre del Evangelio y desvalorización de la interioridad y contemplación.
- Acentuación de la mística y rechazo del servicio comprometido a los demás.

En estos casos, como ya les he dicho, no hay nada que discernir. La simple presencia de algunas de estas realidades bajo forma de convicciones denota mucho amor a sí mismo y poco amor a Dios y a los otros.

Por lo tanto, se ha de ayudar al “iluso” con sana doctrina y conocimiento de sí mismo. La humilde apertura de corazón es el arma más adecuada para dar muerte a las ilusiones y dar vida a los ilusos.

El tema de las *consolaciones y desolaciones* merece un ulterior esclarecimiento. Lo hago aquí sin pretensiones de decirlo todo.

Cualquier *consolación* consiste substancialmente en una perceptible moción interior hacia el Padre junto a la experiencia de que sólo en El podemos amar todo lo creado; esta percepción y experiencia produce también toda una serie de resonancias sensibles.

Me parece importante saber distinguir entre consolación y euforia. En la primera, los sentimientos que se despiertan son altruistas; en la segunda, los sentimientos son egoistas. La paz propia de la consolación no se reduce a un mero bienestar.

Las consolaciones son siempre una invitación del Señor hacia arriba y hacia más. Ellas nos proveen el apoyo necesario para el largo y penoso proceso purgativo que demanda cualquier vida en el Espíritu. Contribuyen poderosamente a la transformación del corazón pues lo reubican en su centro y despiertan en él potencialidades ocultas que lo impulsan hacia lo infinito, eterno y absoluto.

Me detengo ahora un momento para decir una palabra sobre esa experiencia que san Ignacio llama “consolación sin causa precedente” (*Ejercicios*, 330; cf. 331 y 336). Se ha escrito demasiado al respecto y esto no ha ayudado siempre a comprender el pensamiento ignaciano. El texto en cuestión dice así:

“Sólo es de Dios nuestro Señor dar consolación a la ánima sin causa precedente; porque es propio del Criador entrar, salir, hacer moción en ella, trayéndola toda en amor de la su divina majestad. Digo sin causa, sin ningún previo sentimiento o conocimiento de algún objeto, por el cual venga la tal consolación mediante sus actos de entendimiento y voluntad”.

Lo importante es entender el “sin causa”. San Ignacio lo explica dos veces a fin de no dejar dudas al respecto. Los puntos esenciales son estos:

- “Sin ningún *previo*”: se precisa discreción para poder establecer que no ha precedido una causa.
- “Sentimiento o conocimiento de algún *objeto*”: capaz de consolar.

- “Por el cual *venga* la tal consolación”: una vez más se necesita discreción para establecer que no ha habido un objeto efectivamente mediador.
- “Mediante sus *actos* de entendimiento y voluntad”: el ejercicio espiritual precedente puede ser también causa (mediación subjetiva) de la consolación.

En síntesis podemos decir que “precedente” significa dos cosas: algo temporalmente anterior y que además sea causa o mediación de la consolación. Obviamente, sólo el sujeto mismo que experimenta la consolación podrá determinar, o no, si se ha dado algo previo (objetivo o subjetivo) y si ese algo tiene una relación causal con la consolación en cuestión. La ausencia de causa indica que la consolación es de Dios.

Quizás la doctrina teresiana sobre los “contentos” y “gustos” en las Moradas cuartas (c. 2) podría servirnos de luz para entender mejor lo que nos dice Ignacio con otros términos y en otro contexto experiencial.

Pero atención, Ignacio nos recuerda que es también importante distinguir el tiempo propio de la tal consolación y el tiempo subsiguiente en el que el alma continúa aún con las consecuencias de fervor y luz de la dicha consolación. Lo que se presenta a la conciencia en el momento subsiguiente puede ser del buen o del mal espíritu, pero no ya inmediata y necesariamente de Dios (Cf. *Ejercicios*, 336). Ya hemos dicho que el demonio suele disfrazarse de ángel de luz.

La *desolación*, del latín “desolare”: dejar solo o abandonar, consiste básicamente en una pérdida del sentido de la presencia y amor de Dios junto con las complejas resonancias que esto ocasiona a todos los niveles del ser.

En la desolación espiritual la pérdida o ausencia se refiere a Otro. En esto se diferencia de la simple depresión, los sentimientos depresivos se centran sobre uno mismo.

Las desolaciones son asimismo ocasión privilegiada para crecer en autoconocimiento. Favorecen la experiencia de “ser poca cosa o nada”, de esta manera destruyen toda falsedad e ilusión. De igual modo, aunque indirectamente, promueven el crecimiento haciendo anhelar la verdad y lo que no es pasajero.

En este contexto vale la pena repetir algo ya dicho en otro lugar sobre la sequedad o aridez causada por la *noche* de la contemplación incipiente. Es importante no confundirla con la desolación. La causa de esta noche es el crecimiento en una fe más pura y un amor más oblativo. Los criterios para discernir este doloroso don son los siguientes:

- No encontrar gusto ni consuelo en las cosas de Dios, ni en las del mundo.
- Recordar solícita y penosamente al Señor, sintiendo que no se avanza sino que se retrocede, pese a querer efectivamente avanzar.
- Imposibilidad de usar con libertad las facultades durante el tiempo fuerte de oración.
- Alguna forma de paz profunda y oculta en Dios junto al deseo de reposar en El.

La presencia conjunta de estos cuatro criterios permitirán hacer un discernimiento acertado. Pero, ¿cuál será la conducta discreta a seguir en esta situación? Presupuesta la apertura a alguien con experiencia, aconsejo:

- Perseverar con humildad y paciencia en la vida de oración.
- Abandonarse con paz y amor en las manos del Padre Dios.
- Cooperar, cuando y como se pueda, con sencillos actos de fe, esperanza y amor.

Nuestro caminar hacia el señor se nos hace consciente en forma de consolaciones y desolaciones, presencias y ausencias, esperanza y temor. Ambas experiencias son necesarias para el crecimiento espiritual. San Bernardo de Claraval llama *vicisitudes* o *alternancia* a este continuo cambio de experiencias espirituales interiores. Considero que la doctrina bernardiana nos puede aportar nueva luz sobre el tema que estamos tratando.

“El que con el temor de Dios se inicia en la sabiduría, alcanza muy pronto la edad madura y grita atemorizado: ‘Estoy a las puertas del infierno’. El temor del infierno lo aleja del mal y comienza a consolarse en el bien, porque es preciso estar consolados de uno u otro modo. El consuelo que se siente con la esperanza de la salvación eterna es muy bueno. Quita los pecados que le separan de Dios, y la gracia divina le infunde nueva vida y entusiasmo. A medida que progresa, es decir, que vive fervientemente unido a Cristo, le sobrevendrá sin remedio la persecución, como lo afirma la Escritura. Este gozo recién estrenado se convertirá en tristeza, y la dulzura que acaba de probar con la punta de los labios se transformará en amargura (...) Las lágrimas que derrama ahora por la dulzura que ha perdido, son mucho más amargas que aquellas otras de antes por el dolor de sus pecados. Esta desolación se prolongará hasta que Dios se compadezca y vuelva a consolarle. Al recobrar la paz comprende que esta tentación no ha sido un abandono, sino una prueba. Una prueba que le ha servido de instrucción, no de destrucción. Lo dice la Escritura: ‘Lo visitas por la mañana, y enseguida lo pones a prueba’. Por eso, al tomar conciencia del fruto de la tentación, en vez de rehuirla la desea y dice: ‘Escrúteme y ponme a prueba’. Con estas continuas vicisitudes de las visitas de la gracia y las pruebas de la tentación va progresando en la escuela de la virtud. La visita de la gracia le impide desfallecer, y la tentación le aleja de la soberbia. Este ejercicio purifica su mirada interior, y surge de repente la luz. Desea ardientemente perderse en ella, pero el peso de su cuerpo se lo impide y, muy a pesar suyo, se repliega de nuevo hacia sí. Sin embargo, ha probado ya un poco de la bondad del Señor, y vuelve a su casa con este buen sabor en el paladar de su corazón. En adelante ya no aspirará a recibir dones, sino al mismo Dios en persona. Esta es esa caridad que no busca sus propios intereses. Ella hace que el hijo no se preocupe de sus cosas, sino de amar a su Padre. El temor, al contrario, fuerza al siervo a buscar sus propias comodidades, y la esperanza impulsa al mercenario a mayor salario” (*Sermones varios*, 3:1).

El texto recién citado nos permite hacer varias constataciones importantes. Ante todo, que la consolación es muy buena y la desolación muy instructiva. De hecho, sin la alternancia de una y otra no hay crecimiento posible en la escuela de la virtud y tampoco hay purificación del ojo interior y del deseo de Dios. Aún más, sin este continuo ejercicio de una y otra experiencia no se llega al amor filial, ese amor que no busca sus propios intereses ni los dones de Dios, sino Dios mismo. En definitiva, todo es ganancia para quien busca verdaderamente a Dios:

“Mi perfección no se basa solamente en la mañana de tu visita o en la tarde de la prueba, sino en ambas (...) Cuando me sonría la mañana de la gracia revolotearé y cantaré lleno de gratitud por la visita. Y cuando caiga la tarde no me faltará el sacrificio vespertino y, a ejemplo de la paloma derramaré lágrimas de dolor. De este modo toda mi vida será para el Señor: ‘al atardecer nos visita el llanto y por la mañana el júbilo’ (Sal.29:6). Tragaré la tristeza de la tarde, para saborear un gozoso amanecer. Tanto agrada a Dios el pecador arrepentido como el justo fervoroso. Y lo mismo le desagrada el justo ingrato como el pecador empedernido” (*Ibid.*, 3:3,4).

Bernardo vuelve a tratar en profundidad el tema de las alternancias en el sermón 17 sobre el Cantar, esta vez en relación a las idas y venidas del Espíritu Santo. El Espíritu “alterna sin cesar las entradas y salidas de las personas espirituales o de las que intenta hacer más espirituales,

visitándolas por la mañana, para probarlas luego inesperadamente”. El obra sin cesar “en nuestra intimidad, con exquisito primor y con el encanto de su divina sutileza”. Importa estar vigilante a estas alternancias, caso contrario «no se lo deseará en sus ausencias ni se lo glorificará por su presencia». El motivo de la ausencia es claro: para que se lo busque con mayor avidez; y otro tanto el de la presencia: para consolarnos. El alma que ignora su ausencia está expuesta a engañarse siguiendo su propio sentir; y la que no advierte su regreso no agradecerá su visita (1-2).

Más adelante, en el sermón 74, vuelve al tema de las vicisitudes en referencia a las visitas del Verbo. Bernardo ofrece el ejemplo de su propia experiencia. Confiesa haber sido frecuentemente visitado por el Verbo, pero a pesar de esta frecuencia nunca lo sintió cuando entró ni cuando salió. En realidad ni entró ni salió pues en El vivimos nos movemos y existimos. En consecuencia, interesa saber como reconocer su presencia. He aquí los criterios empíricos que nos ofrece el Abad de Claraal:

“El Verbo es vivo y enérgico, y en cuanto llegó adentro despertó mi alma dormida; movió, ablandó e hirió mi corazón que era duro, de piedra y malsano. También comenzó a arrancar y destruir, edificar y plantar; a regar lo árido, iluminar lo oscuro, abrir lo cerrado, incendiar lo frío. Además se dispuso a enderezar lo torcido, e igualar lo escabroso para que mi espíritu bendijese al Señor y todo mi ser a su santo nombre. Así entró en mí el Verbo esposo varias veces y nunca me dio a conocer las huellas de su entrada: ni en su voz, ni en su figura, ni en sus pasos. No se me dejó ver ni en sus movimientos, ni penetró por ninguno de mis sentidos más profundos: como os he dicho, sólo conocí su presencia por el movimiento de mi corazón. Advertí el poder de su fuerza por la huida de los vicios y por el control de los afectos carnales. Admiré la profundidad de su sabiduría por el descubrimiento o acusación de mis pecados más íntimos. Experimenté la bondad de su mansedumbre por la enmienda de mis costumbres. Percibí de algún modo su maravillosa hermosura por la reforma y renovación del espíritu de mi mente, es decir, de mi ser interior; y quedé espantado de su inmensa grandeza al contemplar todas estas cosas” (6).

Veamos ahora la experiencia contraria. Es decir, qué sucede en el corazón cuando el Verbo está ausente o no se siente su presencia.

“Pero cuando se aleja el Verbo todo se vuelve inmóvil e insulso por cierta languidez, como si sacaras del fuego una olla hirviente; esta señal de su partida entristece inevitablemente mi alma, hasta que vuelve de nuevo y mi corazón se enardece otra vez dentro de mí, mostrándome en esto la prueba de su regreso” (7).

Pero, ¿porqué motivo el Verbo se retira? Bernardo responde: “Con esta experiencia del Verbo ¿será extraño que haga más las palabras de la esposa cuando lo llama en su ausencia, si me devora un ansia, no igual pero semejante en parte al menos a la suya? Mientras viva, será para mi algo familiar esa palabra con que llama al Verbo para que vuelva: ‘vuélvete’. Y cuántas veces se aleje, otras tantas la repetiré; como pegado a la espalda del que se va, no me cansaré de gritar con el ardiente deseo del corazón para que regrese y me devuelva la alegría de su salvación y se me dé a sí mismo” (7).

En conclusión, la experiencia continua de alternancias entre consolaciones y desolaciones es en sí misma un criterio de la autenticidad de nuestra vida en el Espíritu. En efecto, Dios es imprevisible y nosotros somos mudables y necesitados de purificación y apoyo. la ausencia hace crecer el deseo y dilata el corazón. Y Dios es más grande que nuestro corazón.

4. EJERCITADOR Y EJERCITANTE

Dado que muchos y muchas de ustedes, además de acompañantes son ejercitadores y ejercitadoras se impone decir una palabra a este respecto. Ambos servicios están muy ligados, pero no se identifican: se puede ser acompañante sin ser ejercitador, pero no se puede ser ejercitador sin acompañar de una u otra forma al ejercitado.

Ya sabemos que las ejercitaciones, más allá de la diversidad de tipos, son un método o pedagogía espiritual que permiten un tiempo fuerte de oración contemplativa y ascesis personalizante en vistas a la vivencia cotidiana de la dimensión contemplativa y mariana de la vida cristiana. Pero: ¿quién es un ejercitador y quién es un ejercitante y qué consejos pedagógicos se pueden ofrecer sobre todo este tema? Es lo que trataré de responder en lo que sigue.

A. Las personas

Digámoslo con claridad y brevedad: un ejercitador es todo aquel, que habiendo recibido y hecho las ejercitaciones, aprende a darlas y las comunica a otros. Y con esto ya está dicho quién es un ejercitante: aquel que recibe y hace las ejercitaciones.

El ejercitador es un servidor del Espíritu que obra en el ejercitante por medio del mismo ejercitador, de las ejercitaciones y, a veces, al margen de todo esto.

La experiencia y la historia nos han enseñado que no todos tienen vocación de ejercitador. Aún más, no todos llenamos los *requisitos* básicos para serlo. Entre estos requisitos hemos de mencionar:

- Autoconocimiento y autoaceptación: siempre en crecimiento.
- Capacidad de diálogo espiritual: acogida, clarificación, confrontación y discernimiento.
- Experiencia y estudio: vivencia de las ejercitaciones, capacidad de presentarlas y apertura a la confrontación con otros más experimentados.

Estos requisitos se explican por las diferentes *funciones* básicas que ha de desempeñar el ejercitador en su servicio. A saber:

- Conocer al ejercitante y conocerse a sí mismo en la relación.
- Acompañar al ejercitante con el diálogo espiritual y la oración.
- Presentar la doctrina y la práctica de cada uno de los ejercicios.

Pero aún no he dicho lo más importante. Solamente cuando el ejercitador y el ejercitante entran en comunión hay auténtica comunicación de las ejercitaciones y se crea el ámbito donde el Espíritu puede obrar con facilidad. Si no hay experiencia común no habrá lenguaje capaz de comunicar: la experiencia de los sentimientos de Jesús y María crea lenguaje común.

B. Consejos pedagógicos

En los años pasados hemos aprendido también cómo proceder a fin de ser más dóciles al Espíritu. Al menos, sabemos bien que:

a. Respecto a las ejercitaciones:

- La falta de adaptabilidad o rigidez absolutiza el método práctico y, por el contrario, la veleidad o pereza lo desprecia.

- El fruto se encuentra ya en la semilla: hay que sembrar concepciones fundamentales.
- Proceder de lo más fácil a lo más difícil, de lo más general a lo más particular.
- No perder nunca de vista los valores y los fines: ellos dan sentido y orientan los medios.
- Presentar la doctrina encarnada en modelos: los santos nos arrastran al seguimiento de Jesús.
- Hacer la experiencia de las ejercitaciones implica:
 - En general: receptividad y elaboración .
 - En particular: iluminación del entendimiento, decisión de la voluntad, afección de los sentimientos y acción mediante las obras.
 - En especial: fe, esperanza y caridad.

b. Respecto a los ejercitadores:

- Intervenir integrando y no sustituyendo, a fin de concluir desapareciendo.
- Cada intervención ha de ser una respuesta a los interrogantes implícitos (ayudando a sacarlos a la luz) o explícitos del ejercitante.
- No dar un nuevo ejercicio si no se ha encarnado el precedente.
- Persuadir mediante la evidencia y no presuponer sino constatar.
- Recordar que es tonto admitir sin más lo improbable, pero es aún más tonto negar lo incomprensible.
- En la presentación de la doctrina, tanto más si se dirige a un grupo de ejercitantes, el ejercitador tendrá presente lo que a continuación sigue:
 - Los que hablan bien corren el peligro de querer demostrarlo con demasiada frecuencia o durante demasiado tiempo.
 - La naturalidad es la regla de oro: ser uno mismo, aún en los defectos, fingiendo nada, pretendiendo nada.
 - La brevedad es el principio básico: ser breve significa mucho más que hablar poco tiempo, significa también no decir cosas innecesarias; pero atención, no confundir brevedad con velocidad, ésta última suele ser contraproducente.
 - Servirse de las pausas, son útiles para evitar la monotonía, dar énfasis, estimular la curiosidad y atención, y dar tiempo para dar una mirada a las notas preparadas.
 - Fijar la mirada en el texto impide una buena comunicación con los ejercitantes; también la impide el fijarnos en uno solo de ellos; lo ideal es mirar alternativamente notas y auditorio paseando la mirada sobre el mismo.

- Recordar, por último, las finalidades de la exposición: Cautivar: atraer la atención y el favor; Iluminar: con la luz de la doctrina; Motivar: encendiendo los afectos; Convencer: para la toma de decisiones.

c. Respecto a los ejercitantes:

- El proceso de encarnación de la doctrina (o internalización de los valores) puede iniciarse en la conciencia, pasar luego a la libertad, despertar la afectividad y concretarse en el obrar. Pero no hay que olvidar que los diferentes tipos psicológicos pueden implicar distintos inicios.
- Para hacer obrar hay que hacer pensar la verdad, querer el bien y hacer sentir el bien y la verdad. Y también, para hacer pensar la verdad, querer el bien y sentirlos a ambos hay que hacer obrar.
 - Hay quien pasa del dicho al hecho: de la teoría a la práctica.
 - Y hay quienes pasan del hecho al dicho: de la práctica a la teoría.
- Saber motivar al ejercitante es el secreto clave en el arte de las ejercitaciones; es decir: despertar, sostener y orientar su interés.
 - El interés es una realidad que implica sobre todo gusto y querer: interesa lo que gusta y se quiere.
- Para motivar hay que tener en cuenta: la manera de ser y de expresarse, la relación interpersonal, el medio ambiente, las prácticas concretas y los incentivos.
 - Los incentivos son los medios para motivar y procurar la continuidad de la motivación.
- Los principales incentivos generales son: constatación y sentimiento de progreso, información y respuesta a los interrogantes, clima de libertad y creatividad, invitación a la iniciativa y a la responsabilidad, solidaridad y misión.
- Para que las diferentes prácticas actúen como incentivos motivantes del ejercitante éste ha de comprender su funcionalidad y entrever los frutos que reportarán.
- Otros ejemplos de incentivos particulares son: el acompañamiento espiritual periódico, los encuentros y retiros, la comunicación de lo recibido.
- La vida es lenta en crecer: ¡jamás desesperar!

En fin, como no recordar acá a Francisco de Osuna, maestro de Teresa de Avila, cuando dice: “Si quieres aprovechar en algún ejercicio de los interiores que tocan al alma (...) haste de enamorar mucho de tal ejercicio, estimando el uso de él, y teniendo a gran pérdida el cesar de usarlo” (*Tercer abecedario*, XIV: 2).

5. Consejos Prácticos

Quizás algunos se preguntarán porqué llamar «consejos prácticos» al consejo que ahora les doy: recurrir con asiduidad a la lectura de los clásicos de la espiritualidad. La razón es sencilla: nada más práctico que una buena teoría, nada más útil que una teoría expuesta por quienes la han vivido.

Les propongo, en consecuencia, leer y meditar los siguientes textos de autores clásicos. La selección es arbitraria, al igual que toda selección. Me limito a autores más conocidos y cuyas obras son de fácil acceso en nuestra propia lengua. Por leer y meditar entiendo lo siguiente: qué dice el texto en sí mismo y qué me enseña a mí en particular.

A. Textos sobre acompañamiento espiritual

- San Bernardo
 - Carta 2 al joven Fulco*
 - Carta 70 a Guido, Abad de Tres Fuentes*
 - Cartas 72-74 a Reinaldo, Abad de Foigny*
 - Carta 83-84 a Simón, Abad de San Nicolás*
 - Carta 87 a Ogerio, canónigo regular*
 - Carta 106 al Maestro Enrique Murdach*
 - Carta 115 a una Monja de Santa María de Troyes*
 - Carta 116 a la Virgen Sofía*
- San Ignacio de Loyola
 - Ejercicios espirituales, 6-10, 14-17*
 - Carta (45) del 20-IX-1548 a Francisco de Borja*
 - Carta (56) del 9-VI-1550 a Miguel Ochoa*
 - Carta (66) del 1-VI-1551 a Antonio Brandao*
- San Juan de Avila
 - Audi filia, 55*
 - Carta a un predicador (Fray Luis de Granada)*
- Santa Teresa de Avila
 - Vida, V:3; XIII:3, 14-21*
 - Moradas quintas, I:8*
 - Moradas sextas, VIII:8-9*
 - Carta (277) del 3-V-1579 a Isabel de San Jerónimo y María de San José*
- San Juan de la Cruz
 - Llama de amor viva, III:30-62 (en especial: 30, 46, 56-62)*
 - Dichos de luz y amor, 5-11*
- San Francisco de Sales
 - Carta del 6-VIII-1606 a Madame de Chantal*
 - Carta del 14-V-1620 a Angélica Arnauld, Abadesa de Port Royal*

B. Textos sobre discernimiento espiritual de espíritus

- San Atanasio, *Vida de san Antonio, 34-42*
- Juan Casiano, *Colaciones, 2*
- San Gregorio Magno, *Morales, IX:13-16*
- Diádoco de Fótice, *De la Perfección, 26, 28, 31*
- San Juan Clímaco, *Escala espiritual, 26*
- San Bernardo
 - Sermones varios, 23; 24; 26; 88*
 - Sermones sobre el Cantar, 32:5-7; 33:9-10; 74*
- San Elredo de Rieval, *Espejo de la caridad, L.II, 7-20*
- Santa Catalina de Siena, *El Diálogo, 68-72; 92-97; 105-106*
- San Ignacio de Loyola
 - Ejercicios espirituales, 313-327, 328-336, 345-351*
 - Autobiografía, 7-9, 20-22, 25-26, 30-31, 54-55, 99-101*

- Cartas (5 y 6) del 18-VI y del 16-IX-1536 a Teresa Rejadell*
- Cartas (26 y 51) del ¿?-1546 y del ¿?-VII-1549 a Francisco de Borja*
- San Juan de Avila, *Audi filia*, 50-55
- Santa Teresa de Avila
 - Vida*, XXV-XXVI
 - Camino de perfección*, LXIII-LXXI
 - Fundaciones*, IV-VIII
 - Meditaciones sobre los Cantares*, II
- San Juan de la Cruz
 - Noche oscura*, L.I,I-VII, IX
 - Carta (32) sobre «censura y parecer»*
- San Francisco de Sales
 - Tratado del Amor de Dios*, L.VIII,X-XIV
 - Introducción a la Vida Devota*, L.II,XVIII; L.III,XXXVII; L.IV,I-X

Obviamente la lista podría seguir. Pienso en las cartas de santa Teresita y de tantos otros santos modernos. Pero en algún lugar hay que detenerse. Y he decidido hacerlo aquí.

Sabemos que ninguno de nosotros llega a ser él mismo sin una relación dialogal con los otros. Cuando éramos niños aprendimos a hablar gracias a que nos hablaban. Nuestra personalidad de base se fue fraguando mediante los contactos con nuestros padres, hermanos y personas significativas más cercanas. Pues bien, también en nuestro seguimiento de Jesús se aplica esta ley de la relación dialogal: nos convertimos en discípulos gracias al acompañamiento de otros.

Nuestro crecimiento en la vida del Espíritu tiene necesidad de mediaciones humanas. El acompañamiento espiritual es precisamente esta mediación. El servicio del acompañante y del ejercitador se inscribe en el servicio de la Iglesia en favor de la salvación y santificación de todos. Y nadie más interesada que María, la Madre de Jesús y de la Iglesia, en nuestra santificación y transformación en Cristo. Ella comenzó a acompañar a la Iglesia naciente el día de Pentecostés y continúa aún hoy caminando a nuestro lado.

Con un abrazo fraterno, en María, Virgen prudente y de buen consejo, compañera esponsal de José.

Bernardo