

ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL IMPORTANCIA, FINALIDAD Y FUNCIONES

-El acompañamiento espiritual, en el contexto actual y de la formación monástica, tiene un lugar de **importancia** capital. Dos textos ilustran lo que acabamos de afirmar:

*-El Abad o la Abadesa, como **padre o madre espiritual**, tiene la responsabilidad de **guiar** a su comunidad hacia la unidad y el crecimiento en el carisma cisterciense. Con su enseñanza desarrolla la identidad de la comunidad; con su administración crea las condiciones necesarias para la formación; y a través de su **solicitud pastoral** ofrece **dirección y atención espiritual** a todos y a cada uno de sus hermanos. Comparte esta responsabilidad con otros hermanos, a quienes delega para que le ayuden a servir a la comunidad, especialmente con los monjes o monjas que **acompañan** a quienes se encuentran en las diversas etapas de formación inicial. El **acompañamiento espiritual** prolongado y constante constituye un elemento importante de la formación inicial y continua. Conduce al monje al conocimiento y aceptación de sí mismo bajo la mirada de Dios (...) (Ratio Institutionis OCSO 15-16).*

*-La formación es una participación en la **acción del Padre** que, mediante el Espíritu, infunde en el corazón de los jóvenes y de las jóvenes los sentimientos del Hijo. Los formadores y las formadoras deben ser, por tanto, personas expertas en los caminos que llevan a Dios, para poder ser así capaces de **acompañar** a otros en este recorrido. Atentos a la acción de la gracia, deben indicar aquellos obstáculos que a veces no resultan con tanta evidencia, pero, sobre todo, mostrarán la belleza del seguimiento del Señor y el valor del carisma en que éste se concretiza. A las luces de la sabiduría espiritual añadirán también aquellas que provienen de los **instrumentos humanos** que pueden servir de ayuda, tanto en el **discernimiento vocacional**, como en la formación del hombre nuevo auténticamente libre. El principal instrumento de formación es el **coloquio personal**, que ha de tenerse con regularidad y cierta frecuencia, y que constituye una práctica de comprobada e insustituible eficacia (Vita consecrata 66; Cf. 64).*

-La **finalidad** del acompañamiento espiritual puede expresarse de múltiples maneras, aunque todas coinciden en lo fundamental: la unión con Dios. Podemos decir, entonces, que la finalidad del acompañamiento consiste en: 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 o la hermana (Cf. Gál 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.

-Parece importante decir aquí una palabra sobre el amor a Dios en el contexto del acompañamiento espiritual. En efecto, muchas veces damos por supuesto que amamos a Dios: si servimos al prójimo amamos a Dios... Claro está que esta última afirmación es verdadera, pero no hemos de olvidar que Dios es Dios. ¡El segundo mandamiento de la ley divina no anula al primero! Amar a Dios significa reconocer sus beneficios y abrazar su santa voluntad. Esto, que parece tan simple, demanda un serio esfuerzo de abnegación y ordenamiento del deseo y del amor.

-El tratado de San Bernardo de Claraval sobre el *Amor a Dios* (1-13) debería ser un texto inspirador y orientador sobre este tema tanto para el acompañante cuanto para el acompañado. En resumidas cuentas, el Abad de Claraval nos dice:

-Dios, nos amó primero (I Jn.4:9).

-Con caridad verdadera, pura y gratuita (I Cor.13:4-5).

-A sus enemigos pecadores (Rom.5:10).

-Hasta entregar a su propio hijo (Jn.3:16; 15:13; Rom.8:32).

-El acompañamiento, entonces, presta ayuda especialmente a la relación teologal del monje y de la monja 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, a 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.

-En efecto, el surgir de la vida del Espíritu en nuestros corazones y la integración personal profunda o la concientización de nuestro mundo inconsciente, suelen ser realidades concomitantes aunque distinguibles. Ambas experiencias implican un renacer, una vivificación. El acompañamiento espiritual, si bien tiene como objetivo la vida de la gracia, no ignora la vida simplemente humana. La promoción de la primera suele redundar en beneficio de la segunda.

-La finalidad del acompañamiento espiritual, tal como acaba de ser presentada, 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.

3.2. 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 **director**, aconseja y guía.

-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 oscuridad y cambios: clarificación y orientación.

-En los repliegues y caídas: confrontación y comprensión.

-En las iniciativas y decisiones: motivación y confirmación.

-En las mociones espirituales: discernimiento y espacio.

-Y dejo a la pericia de cada uno determinar cuáles de estas funciones son principalmente de tipo materno o paterno. Pero, de cualquier manera 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? Podemos afirmar sin vacilar: la acogida, la clarificación, la confrontación y el discernimiento. Y esta certeza no es gratuita, se basa en una sencilla realidad: las cuatro funciones señaladas incluyen, de una u otra manera, a todas las otras.

ABADIATO Y ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL

-El Abad y Abadesa son los acompañantes espirituales de la comunidad, pero no necesariamente de cada hermano y hermana en particular. Además, el acompañamiento espiritual del monje y de la monja singular se da en el ámbito de una comunidad concreta. Podemos ahora preguntarnos sobre las ventajas y desventajas de esta situación; cabe también preguntarse si existe una situación ideal y cuál es la situación real en la vida de nuestras comunidades.

-Comenzamos por el último punto. Es un hecho constatado que los Abades y Abadesas no son los padres y las madres espirituales de cada uno de los monjes y monjas de la comunidad. Sí lo son, de algunos y algunas. El mismo San Benito, en su Regla, prevé junto al Abad la presencia de otros *ancianos espirituales* (Regla, 4:50; 46:6). Ahora bien, un ideal que resulta irreal, deja de ser ideal

en el sentido de meta u objetivo por conseguir. En consecuencia, consideramos que la situación real que se vive en las comunidades monásticas es la mejor y más deseable.

-Si el Abad y la Abadesa no son acompañantes espirituales de hermanos y hermanas concretos, tendrán que saber colaborar con otros acompañantes. Esto implicará un acuerdo de base sobre la transparencia en situaciones particulares, sin que ella lesione la necesaria confidencialidad; un eventual cambio de trabajo, el envío para estudios universitarios, el llamado a las órdenes sagradas, podrían ser realidades que muestran la importancia de dicha colaboración. No es raro que surjan dificultades, la experiencia demuestra que jamás faltan en la vida de los seguidores de Jesús ocasiones de obediencia respecto a *cosas pesadas o inclusive imposibles* (Regla, 68:1).

-Por otro lado, hay que reconocer que la finalidad del servicio abacial y del acompañamiento espiritual es la misma: la conformación con Cristo. El Abad y la Abadesa lo harán para el conjunto de la comunidad, a tal fin, han de procurar todo lo necesario para que el monasterio sea verdaderamente una *Escuela del servicio divino*, un lugar en donde se busca y encuentra al Señor. En este sentido, el abadiato y el acompañamiento se complementan mutuamente con vistas a una misma finalidad.

-En el caso de que el Abad y la Abadesa sean efectivamente acompañantes espirituales habrá que tener en cuenta algunos consejos recomendados por la experiencia. En primer lugar, no olvidar que ese acompañamiento se ubica en el contexto de una comunidad monástica que vive según una Regla: sería aberrante que los “discípulos” del Abad o de la Abadesa tuvieran una *conversatio* especial. En segundo lugar, discernir con gran abnegación de sí mismo y del acompañado la aplicación de dispensas de la regla común motivadas por el mayor conocimiento de la obra del Espíritu en el corazón del hermano o de la hermana, tales dispensas podrían referirse al equilibrio entre oración litúrgica y oración personal, entre trabajo y oración, entre soledad y comunitariedad, al igual que a la admisión a la profesión cuando existen motivos objetivos de duda que se relativizan gracias al conocimiento que proviene de la confianza y apertura de corazón. En tercer lugar, el Abad y la Abadesa han de conservar y respetar en el hermano/a esa libertad de espíritu que reconoce siempre la originalidad del camino espiritual de cada persona.

-Concluamos con tres afirmaciones abiertas a discusión. Un Abad o una Abadesa que carece totalmente de la gracia y la práctica del acompañamiento espiritual corre el riesgo de reducir su servicio al de un mero administrador. Un Abad o una Abadesa que se olvida del conjunto de la comunidad por favorecer el acompañamiento de cada persona en particular, corre el riesgo de destruir la vida común y la comunión de vida. Un Abad y una Abadesa, que acompañan a algunos hermanos y hermanas, que son bien conscientes de su servicio abacial cenobítico y que saben además colaborar con otros acompañantes, evitarán muchos riesgos y serán recordados como un Abad y Abadesa ejemplares.

FUNCIONES BÁSICAS: ACOGIDA Y CLARIFICACIÓN

1. Introducción

-Veamos las cuatro funciones primordiales que ha de desempeñar el acompañante (abad/esa, padre o madre maestra) 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.

2. 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.

2.1. 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 Apersona cabal@, Ade una sola pieza@, que Aes 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.

2.2. 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.

-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.

2.3. 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 sustituir**: 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 ayudarlo a comprenderse.

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

2.4. 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.

2. 5. 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!

2.6. 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 esponsal; 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 todas 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.

3. 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.

3.1. Rerformulación

-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.

3.2. 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.

3.3. **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.

FUNCIONES BÁSICAS: CONFRONTACIÓN Y DISCERNIMIENTO

1. Introducción

-El acompañante, además de acoger y clarificar a su acompañado, ha de prestar también un servicio de confrontación y discernimiento. Veamos ahora lo que esto significa en concreto.

2. 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 Éfeso, 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).

-Los ámbitos de la posible confrontación son variados. Obviamente, la propia vida personal es uno de ellos y el evangelio es otro. Para nuestro caso particular tendríamos que agregar: la Regla de San Benito, las Constituciones de la Orden y las tradiciones locales.

2.1. 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.

2.2. El Evangelio

-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 conocierais 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 acompañado. Luego, es mucho más agradable ser positivo y condescendiente. Por último, a nadie le gusta “hacer sufrir”, aunque sea condición para un ulterior crecimiento.

2.3. La Regla, Constituciones y tradiciones locales

-San Benito, según lo enseñó la experiencia, recomienda que al principiante en la vida monástica se le lea tres veces la Regla antes de ser admitido en la comunidad. De este modo sabrá bien *a qué quiere comprometerse* (RB 58:12). Es decir, nadie ingresa, permanece y muere en el cenobio sin haber confrontado muchas veces con aquello que ha de observar para ser monje o monja. Y, huelga decirlo, si uno no lo hace por propia iniciativa, ya se encargarán otros de hacerlo.

-Lo recién dicho sobre la Regla se aplica también de alguna forma a las Constituciones de la Orden y las tradiciones locales. Las Visitas regulares suelen ser las ocasiones normales para hacer la dicha confrontación. El antiguo “capítulo de culpas” tenía semejante finalidad, aunque estaba animado de un espíritu diferente. Sea como sea, nadie puede vivir una vida comunitaria sin confrontarse y ajustarse continuamente a la “forma” de la comunidad.

-Muchos de los errores en el campo del acompañamiento espiritual provienen de este hecho: ¡confrontar al acompañado antes de haber asegurado una buena (y prolongada) acogida.

3. 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.

-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 trataré de aclarar algunos interrogantes acerca de la naturaleza, objeto y criterios del discernimiento; ofreceré luego algunas aclaración que considero importante.

3.1. Qué es discernir: naturaleza

-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 mío, 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, *EE*, 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*, 33). 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 adherimos 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.

3.2. Qué discernir: objeto

-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, 8:14).

-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).*

3.3. Cómo discernir: criterios

-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 juaneo 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).

-Los criterios o reglas ignacianas tienen una triple finalidad: 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.

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 (Cf. Apéndice). Estas reglas nos enseñan a reaccionar espiritualmente:

- En la consolación he de aprender a (*EE*, 323-324):
 - Retomar fuerzas para la próxima desolación.
 - Reconocer humildemente que la consolación es un don gratuito.
 - Recordar lo poco que puedo y soy durante la desolación.
- En la desolación he de aprender a (*EE*, 318-322):
 - Perseverar y mantenerme firme en los propósitos previos.
 - No prestar atención a los pensamientos que surgen de ella.

- Desear, pedir y obrar para ser presto consolado.
- Buscar salir mediante oración y revisión.
- Examinar las posibles causas de la desolación:
 - ¿Negligencia en mi vida de ascesis y oración?
 - ¿Prueba respecto a mi gratuidad en el servicio del Señor?
 - ¿Enseñanza en relación con la vanagloria?
- Ser paciente en el padecer.
- Confiar y esperar en la gracia, la cual nunca me ha de faltar.
- En ambos casos he de aprender a observar el principio, medio y fin de los pensamientos (EE, 333-334):
 - Si el desarrollo de los pensamientos es todo bueno, es señal de buen espíritu, y puedo seguirlos.
 - Si los pensamientos acaban en algo malo, menos bueno, distractivo o que quita la paz, es señal de mal espíritu, y he de rechazarlos.

-La **segunda** serie de criterios, *con mayor discreción de espíritus* (EE, 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 (Cf. Apéndice).

3.3. Vicisitudes o alternancias

-Desearía finalmente hacer una importante aclaración respecto a la doctrina bernardiana de las vicisitudes o alternancias.

-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: 'Escrútamme 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 Claraval:

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 hirviendo; 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, ¿por qué 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 mí 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.