La conversación espiritual

ESLAI 2023

Un cambio en la espiritualidad cristiana

De experimentar a Dios vía mediaciones a experimentar al Señor por la **comunicación existencial con él** :

CLAVE:

- Dios **puede** y **quiere** comunicarse directamente con su criatura. Eso es posible
- **Estamos aquí** porque **Dios quiere hablarnos** , vinimos para **escucharlo** y descubrir su **querer**
- La C.Esp. es una **metodología** sencilla **para eso**

Un cambio en la espiritualidad cristiana

Ese diálogo entre Dios y su criatura:

- Acontece en el **corazón** humano
- Tiene un lenguaje o **gramática propia** : las **mociones**
- Su **fundamento** : la convicción que **existe un influjo del ES en los corazones** de todos los cristianos y cristianas (Gal 4,6; Rom 5,5).

El lenguaje de las MOCIONES

El **corazón** humano es como una **pista de un aeropuerto**
donde **aterrizan** y **despegan** infinitas mociones.
El **discernimiento** nos ayuda a descubrir para **dónde van.**

BUEN ESPÍRITU

- Claridad, luz y certeza
- Alegría, ánimo,entusiasmo, contento en el corazón
- Paz profunda, serenidad
- Desapego a lo mío. Mi libertad crece
- Cercanía de Dios

El corazón se me ensancha; entrega a los demás

- Aumento de fe, esperanza, amor. Tiendo hacia "el más"

MAL ESPÍRITU

- Oscuridad, dudas
- Tristeza, disgusto, mal humor que me imposibilita la comunicación con los demás
- Inquietud, miedo, inseguridad, ansiedad
- Sequedad de corazón, vacío
- Atracción por lo sensible
- Pérdida de confianza y esperanza
- Lejanía de Dios
- Menos fe, esperanza y amor. Tiendo hacia "el menos"

EL DISCERNIMIENTO

Proceso espiritual que busca:

- Percibir, **distinguir** y las mociones del Espíritu en **nuestro corazón**, la **presencia de Dios en las realidades** humanas que apelan nuestra libertad a una decisión o acción

- Discernir saber **escuchar**, tener **ojos** para ver y **oídos** para oír lo que **Dios quiere**

- **Dicernir es buscar** y **hallar** la voluntad de Dios. Antes de cumplir... buscar y hallar...

- ¿Acertar...?

El discernimiento

Podemos distinguir al menos tres ámbitos:

- Personal
- **Comunitario** . Se trata de captar la presencia de Dios en estas experiencias sinodales que vamos a escuchar hoy.
- Apostólico

La conversación espiritual

La conversación espiritual

- Es una **metodología** para animar el **discernimiento** comunitario
- Es un **intercambio** centrado en la **calidad de la escucha** y de **lo que hablamos**
- Atiende las **mociones del corazón** : propias y las de las otras personas
- Clave lo que ocurre en el **corazón de los que conversan** . ¿Qué está pasando en la otra persona y en mí, y cómo está actuando el Señor?

La conversación espiritual

Actitudes necesarias: (1) Escuchar activa y atentamente (2) Hablar desde el corazón

- Busca **comprender y acoger** a los demás como son, sin juzgarlos. Escuchar con **apertura** y **receptividad**
- Presta atención a las **palabras**, al **tono**, los **sentimientos** del que habla. A lo que dice, quiere decir y lo que puede estar experiementado a nivel profundo
- Evita **estar pendiente de lo que vas a decir** en lugar de escuchar
- Expresa su sentir con la mayor **claridad** y **brevedad**
- Se **deja influir** por el otro y aprender de él

La escucha activa es exigente: **requiere humildad, apertura, paciencia** e implicación, pero es ayuda a tomar en serio a los demás.

La conversación espiritual

Su objetivo:

Detectar los impulsos, las **mociones** espirituales (lo que alegra, consuela, anima y fortifica la fe, la esperanza y el amor) en mí y en mi comunidad **para elegir** lo que el Espíritu pone en nuestros corazones para fortalecer el proceso sinodal.

A contrapelo de lo acostumbrado

La conversación espiritual

Su fruto:

- El discerniento: **buscar y hallar** luces para **seguir avanzando** en el camino sinodal
- El **fortalecimiento** de la unión de ánimos (aunque no se dé la unanimidad de opinión)
- Que el grupo **crezca en facilidad para discernir** y descubrir cómo mueve el Espíritu de Cristo en el grupo
- Que como cristianos incorporemos la C.Esp. en nuestro modo de ser Iglesia

Tres rondas o momentos

Primera ronda:

- Cada **participante comparte** el fruto de su oración ¿Qué fue lo que más me resonó, qué es lo que me ha resultado más inspirador?
- Lo hace libre y abiertamente. Pequeña **pausa**
- Los **demás solo escuchan y atienden** , tratando de captar cómo el Espíritu Santo actúa en cada compartir (sin juzgar y dejando de lado las opiniones)
- Los que escuchan pueden tomar alguna **nota** de los compartires, si esto ayuda

Segunda ronda o momento:

- Las/os participantes **comparten lo recogido** experiementado en el silencio: lo que más les impresionó de lo escuchado en la primera parte.
- En esta ronda **se dialoga**, pero manteniendo la **tensión** espiritual. Me puedo preguntar:
- ¿Qué me ha impresionado más de lo compartido?
- ¿Qué siento como preocupación común?, ¿dónde experimento armonía?

Tercera ronda o momento :

- Cada **persona** comparte sobre lo que se suscitó por dentro a partir del silencio anterior
- **Conversación** . Nos podemos preguntar:
  - Qué está diciéndonos el Espíritu?
  - ¿Cómo o hacia dónde nos esta guiando?

  Se toma **nota sobre** los puntos principales, tratando de sentir por dónde el Espíritu está moviendo a la comunidad.

LAS TRES RONDAS



COMPARTIR

COMPARTIR INTENCIONAL Y ESCUCHA ACTIVA



REFLEJAR

QUÉ ME HA IMPRESIONADO DURANTE LA RONDA 1? CÓMO ME SIENTO?



SENTIR EL ESPÍRITU

¿A DÓNDE ESTÁ GUIANDO EL ESPÍRITU?