



El discernimiento es un ejercicio del alma en función de una buena elección, ya sea en la vida cotidiana (las acciones cotidianas son básicamente el resultado de una elección, más o menos fundamental: se elige una comida, un vestido, una carrera, un trabajo, una relación), como en decisiones más trascendentales.

Aunque haya métodos y momentos especiales para discernir, discernir es sobre todo un **modo de vivir**, un modo de situarse en la vida y de afrontar la realidad. Para el cristiano el discernimiento es de un valor decisivo, pues responde a la necesidad de dar respuesta a esta pregunta: "¿Qué debo hacer aquí y ahora para agradar a Dios? ¿Qué me pide el Señor en esta circunstancia? ¿Qué quiere decirme con este acontecimiento, o con esta prueba? ¿Qué quiere el Señor de mí?"

Por eso, discernir para el cristiano supone una vida inmersa en la conciencia de que Dios le envuelve y que, por tanto, lo único importante es conocer bien lo que Él nos pide: "Buscar y hallar la voluntad de Dios".

Él mueve nuestra vida y la historia. Por eso mi vida es **búsqueda** del proyecto de Dios sobre mí. Un proyecto que se me va revelando progresivamente y no siempre de forma nítida y clara.

El discernimiento exige una actitud fundamental en mí: la docilidad al Espíritu. Estar abierto siempre a la luz divina y a la sorpresa de Dios. Exige también actitud de escucha.

Si buscamos la santidad, sabemos que ésta consiste en hacer en cada momento la voluntad de Dios; más aún, consiste en intentar "agradarle en todo" (Santa Teresita).

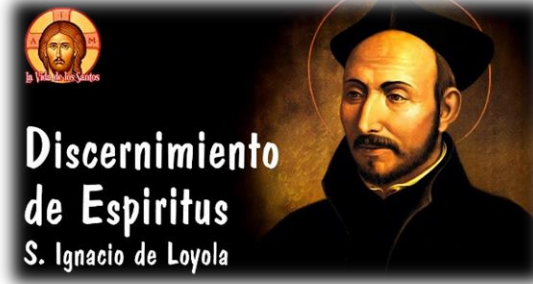
Saber discernir pensamientos para elegir el que inspira Dios es un importante y no fácil ejercicio de la vida espiritual requerido por la necesidad de la vigilancia evangélica. Con frecuencia intereses, engaños, errores... y tentaciones que nos vienen de los enemigos del alma nos someten a una lucha que debemos librar a fin de que sea el plan de Dios y sus inspiraciones las que venzan en nosotros, y no los engaños del mal espíritu. En efecto, opuestamente a la voz de Dios, a la voz de la conciencia, otras voces se hacen oír en nuestro interior: la de Satanás, las sugerencias del mal¹.

San Ignacio dice: "Presupongo ser tres pensamientos en mí, es a saber, uno propio mío, el cual sale de mi mera libertad y querer, y otros dos, que vienen de fuera: el uno que viene del buen espíritu, y el otro del malo" [32]:

Mi pensamiento propio. El cual sale de mi simple libertad. Para Ignacio el núcleo de la persona es el amor y la libertad. Hay un pensamiento que brota de mí; no me lo inspira nadie, comprendo lo que tengo que hacer. Hay una autonomía dentro de mí.

Además hay dos especies de pensamientos más que vienen de fuera: unos del buen espíritu, de Dios y sus ángeles. Y otros del mal espíritu. Con sus reglas de discernimiento intenta hacernos comprender la terrible contradicción entre el buen espíritu y el mal espíritu. El buen espíritu pretende la vida, el amor, la verdad; y el mal espíritu la muerte, la mentira, la obscuridad.

¿Cómo distinguir cada una de estas voces? ¿Cómo DISCERNIRLAS? San Pablo habla explícitamente de "distinguir espíritus"² y también san Juan³. Hablando de "discernimiento de pensamientos" se alude al campo donde comienza el combate espiritual y donde, fundamentalmente, ya se decide.



El arte profético de discernir

San Ignacio nos da las reglas de discernir: "Reglas para, en alguna manera, sentir y conocer las varias mociones que en el alma se causan, las buenas para recibir, y las malas para lanzar y son más propias de la 1ª Semana" [313].

Testimoniar y confirmar la voz de Dios es tarea de los profetas. Se trata en primer lugar de un don de Dios. San Juan dice que la experiencia espiritual es una "unción", un "estado luminoso"⁴. Y san Antonio dice que "es necesaria mucha oración y mucha ascesis para que, después de haber recibido del Espíritu el don del discernimiento, se pueda reconocer todo lo que proviene del demonio..."

Pero además de don de Dios es también fruto de una larga observación, de experiencia orante. Con la experiencia, en efecto, se puede alcanzar un "sentido" especial, una intuición espiritual, hasta llegar a ser capaz de reconocer hacia dónde nos conduciría cada pensamiento.

No es de extrañar que en la Iglesia de Oriente se llame profeta al buen padre espiritual. Su principal función es reconocer y decir qué inspiración era buena y cuál debía ser considerada como sugestión del mal. De ahí el consejo importantísimo de la transparencia: revelar al padre espiritual todo pensamiento y dejar que decida él lo que se debe de hacer.

Dos tipos de sujetos

En las dos primeras reglas, san Ignacio habla de dos características, de dos dinámicas de vida: **Dos tipos de personas**: Uno que busca realizar el proyecto de Dios sobre él: reproducir la imagen de su Hijo, vivir según el "mejor servicio, alabanza, reverencia". Vivir la vocación al amor.

Otro, que va "de pecado mortal en pecado mortal". Estas personas no orientan su vida hacia el Principio y Fundamento, sino que la orientan al orgullo, a la irreverencia, a la comodidad.

En estos dos tipos de existencias, los espíritus van a actuar de manera contraria, en oposición frontal. El mal espíritu ayuda

¹ Cf Ap 12 que retoma el tema del Génesis sobre el origen de pecado, alude al papel del demonio en la historia de la salvación, así como al choque personal que opone Cristo al "seductor", al "príncipe de este mundo". En esta perspectiva se sitúan los santos Padres.

² «Porque a uno se le da por el Espíritu palabra de sabiduría; a otro [...] discernimiento de espíritus...» (1 Cor 12,10)

³ «Queridos, no os fieis de cualquier espíritu, sino examinad si los espíritus vienen de Dios, pues muchos falsos profetas han salido al mundo. Podréis

conocer en esto el espíritu de Dios: todo espíritu que confiesa a Jesucristo, venido en carne, es de Dios» (1 Jn 4, 1-2)

⁴ «Hijos míos, es la última hora. Habéis oído que iba a venir un Anticristo [...] En cuanto a vosotros, estáis unguados por el Santo y todos vosotros lo sabéis. [...] la unción que de El habéis recibido permanece en vosotros y no necesitáis que nadie os enseñe». (1 Jn 4, 18.20.27)

a la persona mala en el camino del mal; mientras que el buen espíritu intenta impedir, intenta frenar, intenta oponerse, está haciendo obstáculo al malo en el camino del mal. Y viceversa: el buen espíritu ayuda al bueno en el camino del bien, le ayuda en el camino del bien; mientras que el mal espíritu intenta obstaculizar, intenta frenarle en su camino hacia el bien.

A las personas que van de pecado mortal en pecado mortal el enemigo no da consolación, no tienen mociones espirituales, para esas personas no hay reglas de discernimiento.

314 1.ª regla. *La primera regla: en las personas que van de pecado mortal en pecado mortal, acostumbra comúnmente el enemigo proponerles placeres aparentes, haciéndoles imaginar deleites y placeres de los sentidos, para conservarlos y hacerlos crecer más en sus vicios y pecados; en dichas personas el buen espíritu actúa de modo contrario, punzándoles y remordiéndoles la conciencia por el juicio recto de la razón.*

315 2.ª regla. *La segunda: en las personas que van intensamente purgando sus pecados, y de bien en mejor subiendo en el servicio de Dios nuestro Señor, sucede de modo contrario al de la primera regla; porque entonces es propio del mal espíritu morder (con escrúpulos), entristecer y poner obstáculos, inquietando con falsas razones para que no pase adelante; y propio del buen espíritu es dar ánimo y fuerzas, consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, facilitando y quitando todos los impedimentos, para que siga adelante en el bien obrar.*

Qué es la consolación espiritual

“Llamo consolación espiritual todo aumento de esperanza, fe, caridad y toda alegría interna que llama a las cosas celestiales y a la propia salud del alma, pacificándola en su Creador y Señor”.

No es cualquier gratificación sensible barata. Es la presencia de Jesús Resucitado en nuestros corazones (*“gracia para alegrarme y gozar de tanta alegría y gozo”*). La alegría es el lenguaje de Dios. Mucho cuidado con ese clima de tristeza entrañada, como depositada en el fondo del alma.

No pensemos sólo en consolaciones grandes, sino sencillas, momentos en la oración, momentos comunitarios, momentos de lectura espiritual, momentos de la Eucaristía en los que un versículo, un pensamiento, un recuerdo me trae un aumento de amor de Cristo y de Dios: *“cuando ninguna cosa sobre la haz de la tierra puede amar en sí, sino en el Criador de todas ellas”*, cuando se siente libre ante las cosas; cuando nada me subyuga.

Qué es la desolación espiritual

Es lo contrario. No es, simplemente, falta de consolación. Ni es simple consecuencia de una indisposición, de un mal estado de ánimo, de haber descansado mal, etc.

La desolación es otra cosa, algo así como oscuridad, turbación del alma, inclinación a las cosas bajas y terrenas... Así como el buen espíritu abre a la luz, el malo abre a las tinieblas.

El alma se siente movida a desconfianza, a la increencia, sin esperanza, sin amor; tentación a no esforzarme: *“el alma toda perezosa, tibia, triste, como separada de su Criador y Señor”*.

A veces puede asaltar al alma la *“desolación existencial”*: sensación de fracaso en la vocación y en la vida, en lo apostólico, profesión,...

Se apodera la tibieza del alma, y viene con violencia la tentación de deserción,... En la desolación se encuentra uno turbado, pobre, sin esperanzas, perezoso, como separado de Dios...

Lo que se nos ocurre en la consolación es contrario a lo que se nos ocurre en la desolación, de manera que debo reaccionar siempre como me sugiere la consolación. Por ejemplo, cuando veo que en la familia o en la comunidad falta de ejemplaridad, pues yo debo reaccionar amando más, como haría Jesús. Que veo que cada uno va a lo suyo, pues yo debo vivir más para los demás. Y nunca seguir los pensamientos que brotan de la desolación. Esto es dejarse dirigir por el Espíritu de Dios, evitando que nos dirija el mal espíritu.

¿Qué hacer en el tiempo de desolación o de consolación?

Estas reglas pretenden educar la sensibilidad, para que no sean los puros impulsos sensibles los que nos dominen tomando caminos o soluciones apasionadas y falsas. Se trata de que sea la luz de Dios la que nos ilumine y nos oriente en la vida. San Ignacio nos propone:

1º *“En tiempo de desolación nunca hacer mudanza”*, permanecer firmes. La desolación me invita a abandonar a huir. Si un día decidí delante de Dios ser de Él, vivir con un corazón para Él, si ahora estoy seco o sufriendo, no debo desertar. Los santos lo tienen claro: *«aunque se hunda el mundo, aunque se reviente en el camino»* (Santa Teresa). No tirarse del tren en el túnel (P. Morales).

2º No sólo no hacer mudanza *“sino intenso mudarse contra la desolación”*. Hacer lo contrario. El enemigo me está diciendo acorta la oración, pues debo alargarla un poco más. Lo terrible de la desolación surge cuando nos amenaza con esta duda: *“¿Está Dios conmigo o no está...?”*.

3º El que está en desolación debe saber su situación real: *“El que está en desolación considere cómo el Señor le ha dejado en prueba”*. Dios no se ha ido; sencillamente Él está midiéndome, está probándome. Él sabe más, y sabe lo que me conviene. Debo luchar, ciertamente, pero el poder del Señor es muchísimo mayor que el del enemigo, y no permitirá nunca que la prueba supere nuestras fuerzas.

Y en la consolación, ¿qué hacer?

“El que está en la consolación piense cómo se habrá en la desolación después de ella”. En el tiempo de consolación coger fuerza para el momento de la desolación. Educar la sensibilidad, tenemos que ser adultos en la vida espiritual. El Tabor y el Getsemaní son dos pasajes del evangelio correlativos. En Getsemaní, aunque Jesús no sienta al Padre sabe que está muy cerca, más que nunca (R 8. [321])

La también: *“el que está consolado procure humillarse y bajarse cuanto pueda, pensando para cuan poco sirve en el tiempo de la desolación sin la tal gracia”*. No te atribuyas nada. (R 10. [323])

Tres posibles causas de la desolación

S. Ignacio muy certeramente nos da tres posibles razones:

1º *“Por ser tibios, perezosos, negligentes”*.

2º *“Para probarnos para cuanto somos y cuanto nos alargamos en su servicio y alabanza, sin tanto estipendio de consolaciones”*. Una pedagogía que aplica el Señor para hacernos crecer. El niño siempre rodeado de regalos, de mimos, debe aprender a amar con pureza y autenticidad.

3º Para que entendamos bien la realidad de la vida, para que entendamos bien que todo es don, gracia. *“Para que no pongamos en cosa ajena nido, todo es don, todo es gracia”*.

Cuando tengo consolación no es porque las cosas me salen bien, o porque yo he acertado; todo es gracia. Pensar lo contrario es el orgullo (Cf R 9 [322]).

En resumen: El buen espíritu, Dios, consuela, proporciona paz, quietud, luz, alegría, aumento de fe, esperanza, amor. El mal espíritu exactamente lo contrario del buen espíritu, es decir: tristeza, oscuridad, quitando la fe, la esperanza, y el amor.

Tres claras maneras de tentar el mal espíritu

Con las reglas anteriores ya conocemos al mal espíritu por los efectos que produce en nosotros. Ahora S. Ignacio nos pone tres últimas reglas para que lo podamos reconocer en tres manifestaciones inconfundibles:

La 1ª Por su ataque bravucón con el que intentará achantarnos, que se acrecentará o no, enseguida, según nuestra reacción: el mal espíritu perderá ánimo y se dará a la fuga si lo enfrentamos con valentía, o se crecerá hasta ensañarse si nos atemorizamos ante él.

“Es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo dando huida a sus tentaciones, cuando la persona se ejercita en las cosas espirituales, pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo haciendo el “opósito per diametrum”. “...Pero si la persona que se ejercita comienza a temblar y perder ánimo, no hay bestia sobre la haz de la Tierra como el enemigo de natura humana”.

La expresión “hacer contra”, hacer lo contrario, de lo que me insinúa, equivale a hacer lo contrario de lo que destruye, lo contrario de lo que me quita la libertad (R 12. [325])

La 2ª La transparencia. El enemigo quiere quedar encubierto, que no se conozcan sus engaños

“De la misma manera cuando el enemigo de natura humana trae sus astucias, insinuaciones al alma justa, quiere que se tengan en secreto, más cuando las descubre a su buen confesor o a otra persona espiritual que conozca la malicia”... (R 13. [326]).

San Ignacio pone el ejemplo de un falso amante: al desear seducir a una muchacha, quiere mantener su anonimato y que todo sea mantenido en secreto.

La 3ª El punto débil. Por él nos engaña. Todos lo tenemos, y debemos ser conscientes y conocerlo. Puede ser la hipersensibilidad, la timidez, la comodidad o pereza, el continuo compararme con los demás, la envidia, el orgullo... Cada uno se conoce y el enemigo va a tocar por ahí. Como un capitán que va a atacar un castillo estudia la fortaleza, estudia por dónde podría atacar por la parte más asequible. Se requiere la vigilancia (R 14. [327]).

Es lo que dice San Pedro: el enemigo como león rugiente, ronda buscando a quién devorar” Mira en torno todas nuestras virtudes teologales y morales y por donde nos encuentre más flacos, por ahí nos hace el combate, y por ahí procura vencernos. El enemigo es débil, pero sabe bien donde concentrar su fuerza para vencernos.

De aquí se sigue la gran importancia que tiene la **dirección espiritual**.

Es un combate desigual, la victoria está de parte del buen espíritu. La luz brilla en las tinieblas y las tinieblas intentaron sofocar la luz, pero nunca lo van a conseguir: En el mundo vais a tener luchas, vais a experimentar el asedio del enemigo, pero confiad: “Yo he vencido al mundo”. “Se me ha dado todo poder...”. La victoria está de parte del buen espíritu.

LAS REGLAS IGNACIANAS EN 10 ARTÍCULOS

1º. El demonio existe. Nuestra sociedad materialista no cree en los espíritus. Es una buena jugada del demonio para que así no le hagamos frente - aunque, paradójicamente, se da el fenómeno abundante de las sectas satánicas, espiritismos, etc.- Pero también engaña a los creyentes que, sin llegar a negar su existencia, muchas veces creemos que los pensamientos que tenemos son nuestros y no de él, que nos tienta.

2º. Está empeñado en hacerme pensar que no existe. Creer en la existencia del demonio se nos hace difícil por una razón ambiental: “Ya no se cree ni en los ángeles malos ni en los ángeles buenos”, pues no son más que supercherías etéreas de un juego babilónico de imágenes (Maritain). La Sagrada escritura, tan discreta para afirmar puntos que consideramos muy importantes (la institución de tal o cual sacramento), habla nada menos que unas cincuenta veces de Satanás y unas

ochenta del demonio, sin contar otros tantos pasajes en los que se le da otros nombres: Calumniador, Tentador, Maligno, Belcebú... Tan de fe es que el objetivo de la Encarnación es destruir sus obras: “Para esto apareció el Hijo del Hombre, para destruir las obras del diablo” (1ª Jn 3,8). En el evangelio su realidad aparece así: “mentiroso y padre de la mentira” (Jn 1, 4). Es el Tentador (Mt 4, 3) que para mejor engañar se transfigura en ángel de luz (1ª Cor 1, 14).

3º. Suele presentarse con careta de ángel bueno. Cuando sabe que el alma no cederá ante una tentación clara de pecado, la hace caer tentándola con razones aparentes de bien (“hay que adaptarse a los tiempos”, “ser prudentes”; o bien inclina al ama a dedicarse desmesuradamente al apostolado u oración, olvidando el deber de estado, etc.) o inquietándola con escrúpulos. La desobediencia y la inquietud son claras señales de engaño; la obediencia y la paz, lo son de acierto. Meditar en el principio, medio y fin de mis acciones.

4º. Nos ataca por el punto más débil. Que suele ser mi defecto dominante (pereza, envidia, sensualidad, amor propio, sentimentalismo, etc.) Para vencerlo hay que conocerse bien (reflexión) y emplear fuerte dosis de ascesis en ese campo.

5º. Procede poco a poco. Para que no me dé cuenta. “No se hace de noche de repente”. El remedio es atacar en cuanto descubra los primeros síntomas: no descuidar pequeños detalles, leves imperfecciones.

6º. Se envalentona si me acobardo y se acobarda si le planto cara (EE 325). [Mujer que riñe con varón]. Como también decía santa Teresa: “el demonio tiene gran miedo de almas animosas” pero “a quien ve que no está firme en el bien, no le dejará ni a sol ni a sombra: miedos el pondrá e inconvenientes que nunca acabe”. La indecisión, es decir, el eterno deliberar y darse razones por no atreverse a optar por el bien o renunciar al mal, es fuente de frustración. Esta indecisión, que es cobardía, es aprovechada por el demonio que tiene al alma en permanente conflicto y proclive a ceder. No hay que perder tiempo dialogando con el demonio, sino decidirse tajantemente a hacer lo que en el fondo sé que debo hacer. El modo de derrocarlo del todo es “hacer lo diametralmente opuesto”, el *agere contra* que decía san Ignacio, y que el P. Morales traducía por: “Que no quieres caldo, toma dos tazas”.

7º. Está empeñado en que me quede solo. (EE326) [Vano enamorado] Es decir, que no me comunique con quien debo, o que lo haga con quien no debo. El remedio es abrirse sinceramente a quien puede orientarme (guía espiritual, sacerdote, padres...).

8º. Sigue una táctica alternante. Según esté en un estado de ánimo u otro: perezoso o inclinado al mal, o eufórico y fervoroso. En este caso suele tener inclinando a escrúpulos para angustiar al alma.

9º. Está empeñado en que “me tire del tren en el túnel”, según expresión típica del P. Morales. Es decir, me tienta a que tome decisiones de abandono cuando estoy “en baja”: dejar la vocación, el grupo apostólico, romper un matrimonio, romper con una amistad, con el trabajo..., incluso con Dios. El gran remedio que propone san Ignacio es: “**No hacer mudanza en tiempo de desolación**”. Dejar la toma decisiones para cuando esté sereno, esperar.

10º. Soy invencible con la Virgen. La Inmaculada nunca fue tocada por el demonio. Si la amo filialmente y acudo a ella en las tentaciones, salgo siempre victorioso