



Hemos venido reflexionando, en los últimos *Camino hacia Dios*, acerca de algunos medios concretos que nos pueden ayudar a vivir la *gnosis*, ese *conocimiento práctico* a la luz del Plan de Dios al que nos invita San Pedro en su escalera espiritual (2Pe 1,5-7) para poder configurarnos con el Señor Jesús. En esta ocasión profundizaremos en otro de esos medios: el discernimiento espiritual.

¿Qué es el discernimiento espiritual?

Tomado en un sentido llano, el discernimiento es la acción por la que se busca distinguir, diferenciar, entre dos cosas que por lo general se nos aparecen como buenas. En el lenguaje coloquial podemos decir que una persona “sin discernimiento” es aquella que toma las cosas a la ligera, que no es capaz de hacer un juicio cabal sobre la realidad ni de actuar consecuentemente. La falta de discernimiento puede llevar, en este sentido, a actuar sin sopesar bien lo que se hace.

Sin embargo, aquí hablamos de un discernimiento “espiritual”. ¿Qué significa esto? Las Sagradas Escrituras nos ofrecen luces valiosísimas para comprender qué significa discernir espiritualmente. Veamos:

En una ocasión se acercaron al Señor Jesús unos fariseos y saduceos y, con la intención de ponerlo a prueba, le piden que les muestre una señal del

cielo. Jesús les responde evidenciándoles su capacidad de “leer” el clima observando los signos de la naturaleza: «Ustedes saben discernir el aspecto del cielo», les dice. Sin embargo, continúa, «no pueden discernir las señales de los tiempos»¹. En buena cuenta lo que Jesús les dice es: son ustedes muy hábiles para discernir el clima, para pronosticar si habrá tormenta a partir de las nubes que hay en el cielo, pero no se han dado cuenta de que están rodeados de signos espirituales (los signos de los tiempos) que hablan de la llegada del Mesías.

También San Pablo en distintas ocasiones exhorta a los cristianos de diversas comunidades a vivir el discernimiento. Por ejemplo, ante experiencias variadas que se presentaron en la comunidad de Tesalónica, les dice: «Examinen todo y quédense con lo bueno»². El término “examinar” se traduce también como “discernir” y alude a la misma acción. Otro pasaje muy iluminador está en la carta a los Romanos, donde Pablo dice: «No conformen su mentalidad a la de este mundo, sino transfórmense mediante la renovación de su mente, para poder discernir cuál es la voluntad de Dios; lo bueno, lo que le es agradable, lo perfecto»³.

Para poder discernir cuál es la voluntad de Dios, cuál es su Plan de amor para nosotros, San Pablo nos dice que es fundamental que nos transformemos interiormente según el “hombre nuevo” que es Cristo. La renovación de la mente a la que alude el Apóstol Pablo no se produce tanto por la acción de una ley externa sino que comienza en el interior del hombre, por la íntima iluminación del Espíritu

Santo que nos hace capaces de distinguir el bien del mal y de seguir el camino del bien. A eso nos referimos cuando hablamos de un discernimiento espiritual. Se trata de una acción que no sólo se realiza desde nuestro interior sino que además debe hacerse siempre en presencia y bajo la acción del Espíritu de Dios.

A la luz de lo dicho, el discernimiento espiritual podríamos definirlo como un ejercicio interior que nos lleva a examinar y distinguir qué situaciones, personas o cosas nos ayudan a seguir el Plan de Dios y cuáles por el contrario nos apartan de él. De esta forma, abiertos a la acción del Espíritu Santo que nos ilumina y nos impulsa, podremos darle a nuestra vida una orientación que nos lleve a la felicidad verdadera.

El discernimiento espiritual nos ayudará entonces a ir ganando esa sabiduría, esa “ciencia” de la que habla San Pedro. Al discernir espiritualmente buscamos iluminar una situación concreta de nuestra vida con la luz de la fe, de manera que la elección que hagamos vaya por el camino del amoroso designio de Dios que busca el mayor bien para nosotros.

¿Qué cosas nos dificultan el discernimiento espiritual?

Todo aquello que nos aleje de la vida en el Espíritu se convierte en obstáculo para un buen discernimiento espiritual. Es responsabilidad de cada quien identificar en su interior los propios obstáculos para un recto pensar y un recto obrar: Terquedad, impaciencia, soberbia, autosuficiencia, pereza mental, o cualquier otro.

Vamos a detenernos aquí en tres obstáculos que nos parecen relevantes: El subjetivismo, la soberbia y los escrúpulos.

El **subjetivismo**: Este vicio de aproximación a nosotros mismos y a la

Para poder discernir cuál es la voluntad de Dios, cuál es su Plan de amor para nosotros, San Pablo nos dice que es fundamental que nos transformemos interiormente según el “hombre nuevo” que es Cristo.

realidad nos dificulta examinar y discernir a la luz del Plan de Dios el mundo que nos rodea, los acontecimientos de nuestra vida y las opciones que debemos tomar. Mientras más se acentúa mayor será la tendencia a considerar que uno es el centro de todo y a juzgar desde esa premisa. Para evitar el subjetivismo es también particularmente importante al discernir, no dejarnos llevar por emociones o por aquello que nos genera una mayor resonancia sentimental. Ciertamente no se trata de obviarlos, pero sí de reconocer con humildad su justo lugar y que en algunos casos pueden afectar nuestra objetividad.

Igual atención, a un nivel quizá más espiritual, merece el combate contra la **soberbia**. Cuando la soberbia se afina en la mente y en el corazón resulta muy difícil dar cabida a las mociones e iluminaciones del Espíritu Santo que podrían estar indicándonos el camino a seguir. Si estamos “llenos de nosotros mismos” difícilmente podremos discernir a la luz del Espíritu. Seremos, al igual que los fariseos y saduceos del Evangelio, ciegos a los “signos” con los que Dios nos manifiesta su designio.

También es una dificultad la excesiva meticulosidad que podría llevarnos a convertir el discernimiento espiritual en una especie de agotador y excesivo examen de todos los detalles de nuestra vida. Si esto sucede podría ser que estemos cayendo en **escrúpulos**.

Los escrúpulos impiden vivir ese espíritu de libertad que el Espíritu Santo regala a los que viven bajo su impulso⁴. San Francisco de Sales es enfático en recomendar que el discernimiento debe aplicarse especialmente a asuntos de importancia, tales como la elección de vocación, decisiones que puedan afectar el curso de nuestra vida o que revisten cierta gravedad, asuntos serios de nuestra vida espiritual. En cuanto al resto, recomienda «hacer libremente lo que nos parece bueno, para no cansar nuestro espíritu, no perder el tiempo y no ponernos en peligro de inquietud, de escrúpulos y de supersticiones» pues «en las acciones menudas y diarias, en las cuales la falta misma no es de consecuencia irrepara-

nable, ¿qué necesidad hay de mostrarse como si estuviera uno cargado de ocupaciones, lleno de atenciones y dificultades, y obligado, por tanto, a hacer importunas consultas?»⁵.

De lo que se trata es, pues, de discernir a la luz del Plan de Dios las realidades de nuestra vida que lo ameriten y caminar en la dirección que él nos señala, cooperando así desde nuestra opción fundamental con la acción de Dios que nos llama, nos sostiene y nos impulsa. ¿Cómo hacerlo? Veamos algunas cosas que nos pueden ayudar a discernir mejor.

¿Qué cosas nos ayudan a vivir mejor el discernimiento?

Ante todo, el empeño por ser personas espirituales, es decir, que buscan vivir en el Espíritu y según el Espíritu. De esa sintonía espiritual brota una cierta connaturalidad que nos permite discernir el Plan de Dios en situaciones concretas desde la iluminación de la fe y seguirlo con docilidad. Como dice San Pablo, «si vivimos por el Espíritu, dejémonos conducir por el Espíritu»⁶.

En ese sentido **la oración** es un medio privilegiado para ser hombres y mujeres espirituales. En la oración el Señor nos encuentra más receptivos y dispuestos a escuchar su voz y las mociones del Espíritu Santo que nos guían hacia la verdad. En la oración encontraremos el espacio propicio para un recto discernimiento.

Un ejemplo maravilloso de cómo vivir el discernimiento lo encontramos en Santa María. Cuando recibe la visita del Arcángel Gabriel que la saluda de un modo muy significativo —«Alégrate, llena de gracia»—, María se queda “pensando”, “discurriendo”, “discerniendo” «qué saludo era aquél». Este breve pero significativo hecho nos habla de una persona sensible a los signos de Dios, abierta a la acción del Espíritu, dócil a sus mociones y generosa en su respuesta: «Hágase en mí según tu Palabra».

El Apóstol Juan, por otro lado, nos insiste en la necesidad de **vivir en comunión con Dios**, Padre, Hijo y Espíritu Santo para poder discernir espiritualmente. El discernimiento espiritual se funda en la fe en Jesús, Hijo de Dios, que nos manifiesta plenamente el Plan del Padre⁷. Sólo a la luz de la fe en Cristo y bajo la acción del Espíritu Santo podemos avanzar en la madurez espiritual que nos configura interiormente con Jesús de manera que alcancemos, poco a poco, la sabiduría y sensibilidad para buscar siempre el Plan de Dios y vivir según su orientación.

Ese camino de configuración con el Señor Jesús pasa, como hemos visto, por renovarnos constantemente en la **transformación de nuestra mente**. San Pablo es muy claro al señalar que el «hombre animal (aquel que no vive según el Espíritu de Dios) no percibe las cosas del Espíritu de Dios; son para él locura y no puede entenderlas, porque hay que juzgarlas espiritualmente»⁸. Para entender las cosas de Dios debemos tener la «mente de Cristo»⁹. Ello implica despojarnos de los criterios que son fruto de nuestro pecado, de los criterios mundanos que se oponen a Dios y a su Plan para revestirnos de los criterios evangélicos. Será, en ese sentido, de gran ayuda la meditación constante del Evangelio en la oración. Allí aprendemos a pensar como Jesús, a sentir como Él y a actuar como Él.

Finalmente, un elemento muy importante es la dimensión comunitaria del discernimiento espiritual. Es decir, necesitamos la ayuda de otras personas que nos ayuden e iluminen desde su propia experiencia espiritual. Esto es un signo de humildad y de sana desconfianza en uno mismo. En esta línea, el **recurso al consejo espiritual** es una

En la oración el Señor nos encuentra más receptivos y dispuestos a escuchar su voz y las mociones del Espíritu Santo que nos guían hacia la verdad.

manera muy concreta de examinar nuestra mente y corazón a la luz del Plan de Dios.

Esta dimensión comunitaria del discernimiento se ve en acto de una forma muy clara en los Hechos de los Apóstoles, cuando la nascente Iglesia se encuentra con la necesidad concreta de atender a las viudas. Los Apóstoles convocan a una asamblea y juntos disciernen cómo responder a esta necesidad y deciden elegir algunos hermanos para ese ministerio¹⁰. Con este testimonio nos señalan un hermoso ejemplo de corresponsabilidad y de caminar juntos en la respuesta al Plan de Dios.

¹ Mt 16,3.

² 1Tes 5,21.

³ Rom 12,2.

⁴ Ver Gál 5,1.16.22ss.

⁵ San Francisco de Sales, *Tratado del amor de Dios*, Libro VIII, Capítulo 14.

⁶ Gál 5,25.

⁷ Ver 1Jn 4,13-16.

⁸ 1Cor 2,14.

⁹ 1Cor 2,13.

¹⁰ Ver Hch 6,1-7.

CITAS PARA LA ORACIÓN

El Señor Jesús recrimina a los fariseos no saber discernir:

Mt 16,3; Lc 12,56.

Discernir la propia conciencia:

1Cor 11,28-29; Gál 6,3-4.

Discernir los carismas:

1Tes 5,21.

Discernir según el Plan de Dios:

Rom 12,2.

El Espíritu Santo nos permite discernir:

1Cor 2,10-16.

PREGUNTAS PARA EL DIÁLOGO

1. ¿Qué es el discernimiento espiritual? ¿Qué importancia tiene para mi vida cristiana?
2. ¿Hay alguna relación entre el discernimiento espiritual y la ciencia que San Pedro nos invita a vivir en su escalera espiritual?
3. ¿A qué realidades de la vida se aplica el discernimiento espiritual? ¿Vale la pena discernir todo y cada detalle de nuestra vida diaria?
4. ¿Cómo vivir mejor la dimensión comunitaria del discernimiento espiritual?

GUÍA PARA LA ORACIÓN

1. Invocación inicial

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

2. Preparación

- a. Acto de fe en la presencia de Dios.
- b. Acto de esperanza en la misericordia de Dios.
- c. Acto de amor al Señor Jesús y a Santa María.

3. Cuerpo

- a. Mente:
 - Medito en el *en sí* del texto.
 - Medito en el *en sí-en mí* del texto.
- b. Corazón:
 - Elevo una plegaria buscando adherirme cordialmente a aquello que he descubierto con la mente y abriéndole mi corazón al Señor.

c. Acción:

- Resoluciones concretas.

4. Conclusión

- Breve acto de agradecimiento y súplica: al Señor y a Santa María.
- Rezo de la Salve u otra oración mariana.

5. Innovación final

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

