

Encuentra tu tipo de Espiritualidad

INSTRUCCIONES:

1. Hay cuatro palabras en cada renglón. Escoge la palabra que **más** te describa **tal y como eres ahora** (no como te gustaría ser algún día), y selecciona el "4" para esa palabra.
2. Escoge la palabra que **menos** te describa **tal y como eres ahora**, y selecciona el "1".
3. Selecciona el "3" para la segunda palabra que más te describa tal y como eres ahora, y el "2" para la tercera palabra más descriptiva.
4. Repite estos mismos pasos en cada renglón.
5. Cuando finalices, cuenta el total de los numeros que seleccionaste en cada columna vertical y escribe el total en el espacio debajo de cada columna. La columna que tenga el número mas grande representa tu sendero de espiritualidad preferido:

columna 1 – sendero del intelecto		columna 3 – sendero del servicio	
columna 2 – sendero de la devoción		columna 4 – sendero del ascetismo	
4 3 2 1 independiente	4 3 2 1 compasivo	4 3 2 1 espontáneo	4 3 2 1 objetivo
4 3 2 1 lógico	4 3 2 1 creativo	4 3 2 1 aventurero	4 3 2 1 meticulouso
4 3 2 1 franco	4 3 2 1 empático	4 3 2 1 adaptable	4 3 2 1 sistemático
4 3 2 1 visionario	4 3 2 1 idealista	4 3 2 1 autodeterminado	4 3 2 1 formal
4 3 2 1 exigente	4 3 2 1 comprometido	4 3 2 1 observador	4 3 2 1 organizado
4 3 2 1 especulativo	4 3 2 1 curioso	4 3 2 1 animado	4 3 2 1 realista
4 3 2 1 original	4 3 2 1 expresivo	4 3 2 1 bromista	4 3 2 1 leal
4 3 2 1 desafiante	4 3 2 1 perspicaz	4 3 2 1 vivaz	4 3 2 1 responsable
4 3 2 1 inteligente	4 3 2 1 amistoso	4 3 2 1 entusiasta	4 3 2 1 tradicionalista
4 3 2 1 inquisitivo	4 3 2 1 imaginativo	4 3 2 1 tolerante	4 3 2 1 minucioso
4 3 2 1 decidido	4 3 2 1 simpático	4 3 2 1 divertido	4 3 2 1 devoto
4 3 2 1 fuerte	4 3 2 1 elocuente	4 3 2 1 pragmático	4 3 2 1 conscienzudo
4 3 2 1 estratégico	4 3 2 1 aprensivo	4 3 2 1 arriesgado	4 3 2 1 confiable
4 3 2 1 agente de cambio	4 3 2 1 solidario	4 3 2 1 mediador	4 3 2 1 consistente
_____ TOTAL, COLUMNA 1	_____ TOTAL, COLUMNA 2	_____ TOTAL, COLUMNA 3	_____ TOTAL, COLUMNA 4

¿Cuál es tu Sendero de Espiritualidad?

Descubre los cuatro senderos básicos y ve de cómo son aplicables a tu propio desarrollo espiritual, y discernimiento de vocación.

POR ROGER O'BRIEN Y LOS EDITORES DE VISION

A lo largo de la historia, los directores espirituales nos han advertido sobre el poner en un molde a aquellos que buscan espiritualidad. San Ignacio de Loyola, dijo que “no hay mayor error en los asuntos espirituales, el de obligar a otros a seguir su propio patrón”. Muchos observadores han señalado cuatro disposiciones principales, o temperamentos, que ayudan a describir de cómo se comportan las personas en su sendero espiritual: el sendero del intelecto, el sendero de la devoción, el sendero del servicio y el sendero del ascetismo. Estas cuatro vías principales son las anclas de la tradición espiritual Católica y que vale la pena en explorar con cierta profundidad para ayudarte a entender tus propias preferencias espirituales. Lo que te ayuda en desarrollarte espiritualmente a menudo es dramáticamente diferente de lo que atrae a la persona en la siguiente banca (*de la iglesia*) a una vida espiritual más profunda.

Esta Evaluación Espiritual está diseñada en ayudarte a entender tu tipo de espiritualidad. Tus resultados de la evaluación pueden confirmar lo que ya sabías acerca de tus inclinaciones espirituales, o tal vez sientas un llamado de explorar un sendero diferente. Considera tus resultados como una invitación de conocerte mejor a ti mismo y de explorar diferentes formas de oración, adoración y meditación. Lo mejor es no sentirse obligado por o limitado por tus resultados, tu espiritualidad muy bien podría ser una combinación de estos cuatro senderos. Es meramente una herramienta para darte más información sobre tus preferencias cuando se trata de vivir tu llamado Cristiano.

Las órdenes religiosas representan una multitud llena de espiritualidad extraída de estas tradiciones, pero también su espiritualidad es mucho más matizada y compleja que estas categorías. No limites tu exploración de comunidades religiosas a las tradiciones y santos asociados con estos senderos espirituales. Sólo úsalo como un punto de partida. Recuerda: el acercarse a Dios y descubrir el misterio de Dios es la obra de toda una vida.

Tus resultados de esta evaluación te mostrará cuál de los cuatro senderos espirituales básicos descritos a continuación, te encuentras actualmente siguiendo.

SENDERO DEL INTELECTO (Oración Tomista). Cerca del 12% de la población sigue este sendero usando el método silogístico de Santo Tomás de Aquino, conocido como oración escolástica.

El énfasis principal está en el ordenado proceso de pensamiento que lleva desde la causa hasta el efecto. Las personas de este tipo de plegaria prefieren formas de espiritualidad directas y ordenadas, en contraposición a la actitud más impulsiva y de libre espíritu del enfoque franciscano. Su espiritualidad está centrada en la ferviente persecución de todos los valores trascendentales: la verdad, la bondad, la belleza, la unidad, el amor, la vida, y el espíritu. Al igual que Santa Teresa de Ávila, están deseosos de esforzarse al máximo para lograr su meta.

Debido a que desdeñan lo que no sea lo mejor, buscan autenticidad y la verdad total en sus

vidas, y trabajan duro para alcanzar la absoluta verdad sobre ellos mismos, sobre Dios y sobre la santidad. Esta intensa búsqueda de la verdad colorea su vida espiritual en su totalidad.

Con frecuencia, en los libros de oraciones se le llama “meditación discursiva” al método de oración tomista. En este tipo de plegaria, se toma una virtud, una falta o una verdad teológica y se le estudia desde cada posible ángulo. El cambio de comportamiento es una parte esencial en este tipo de plegaria; no todo se queda en el nivel intelectual. En la actualidad, existe un cierto prejuicio contra este tipo de oración debido a que estuvo muy en voga antes del concilio Vaticano II.

SENDERO DE LA DEVOCIÓN (Oración Agustina). La mayoría de los santos son de este tipo de temperamento, así como el 12% de la población (la mitad de aquellos que asisten a retiros o pertenecen a pequeños grupos de fe).

Este método utiliza la imaginación creativa para transportar el mundo de las Escrituras a nuestra situación actual –como si los pasajes de las Escrituras fueran una carta de Dios dirigida personalmente a cada uno de nosotros (por ejemplo, San Agustín seleccionando Romanos 13 y leyendo un mensaje dirigido específicamente a él). El elemento esencial de este tipo de espiritualidad, regresando a los tiempos del Nuevo Testamento (Jesús, San Pablo y los líderes de la Iglesia temprana), es experimentar una relación personal con Dios. Como ellos leen entre líneas y captan lo que es intangible y espiritual, los que siguen el sendero de la devoción comprenden mejor los símbolos y su uso en la liturgia.

Este sendero se concentra en meditaciones que afloran los sentimientos y expanden la habilidad para relacionarse con los demás y amarlos. El hincapié está en el amor a uno mismo, a los otros y a Dios. Quienes están en este sendero pueden seguir los cuatro pasos de la Lectio Divina: escuchar lo que Dios dice en las Escrituras; reflexionarlo devotamente y aplicarlo en la vida actual; responder a la Palabra de Dios con sentimientos personales; permanecer silenciosos y abiertos a nuevas percepciones.

SENDERO DEL SERVICIO (Oración Franciscana). Cerca del 38% de la población es de este tipo de espiritualidad, pero son muchos menos los que asisten a la iglesia regularmente.

Al igual que San Francisco de Asís, quienes siguen este sendero han de ser libres y sin confinamiento y ser capaces de hacer lo que su espíritu interior los mueva a hacer. No les gusta estar atados a las reglas. Se puede pensar que una acción típica de este tipo de espiritualidad es la de San Pedro saltando impulsivamente al agua para unirse a Jesús.

La espiritualidad franciscana conduce a actos de amoroso servicio que pueden ser una forma más efectiva de oración. Los pasajes del Evangelio sobre Jesús tienen un especial atractivo, particularmente la Encarnación de Dios en la vida de Jesús, lo que constituye el centro alrededor del cual giran la vida y la espiritualidad franciscanas. La plegaria franciscana es flexible y hace uso pleno de los cinco sentidos; es una oración llena de vivacidad.

Los que siguen este sendero pueden hacer una meditación sobre las flores, una cascada de agua, una pradera, la montaña o el mar –sobre toda la creación de Dios. Hay más énfasis en rezar en los eventos de la vida de Jesús que en sus enseñanzas. Como Santa Teresita del Niño Jesús, la oración es hecha en total concentración como si fuera lo más importante en ese momento; Teresita hacía todas las tareas sabiendo que cada de ellas formaba parte de la

armonía total del universo.

SENDERO DEL ASCETISMO (Oración Ignaciana). Más de la mitad de aquellos que acostumbran a ir a la iglesia practican este tipo de oración. Implica imaginarse a uno mismo como parte de alguna escena para poder extraer una enseñanza práctica para la actualidad. Este tipo de espiritualidad se remonta a la manera israelita de rezar en el año 1,000 a C. en la cual uno recuerda y se sumerge en un evento y de esta manera lo revive y participa en el evento en una forma simbólica.

Así es como Ignacio de Loyola meditó en la escena de la Natividad: “Me convertiré en un pobre, pequeño e indigno sirviente, y como si estuviera presente, los observaré y los contemplaré, y les serviré en sus necesidades con toda la reverencia y homenaje posibles. Entonces reflexionaré en mí mismo para poder cosechar algunos frutos”.

La preocupación de San Ignacio por el orden fue evidente en sus Ejercicios Espirituales, los cuales estaban dirigidos a superar “afectos desordenados, para poder tomar una decisión acorde con la voluntad de Dios”, cita Thomas Clarke en *Playing in the Gospel*. Según Clarke, “Muchas de las almas que están dispuestas a soportar la disciplina de los 30 días de intensa oración de los Ejercicios Espirituales son recompensadas con una inolvidable experiencia espiritual que con frecuencia cambia completamente la dirección de sus vidas.”