

Manual de Examen Ignaciano

para aprender el discernimiento

Pido a todos los cristianos que no dejen de hacer cada día, en diálogo con el Señor que nos ama, un sincero Examen de conciencia (GE 169)

Durante unas capacitaciones sobre el aprendizaje Discernimiento con profesores del área de San Miguel (Buenos Aires), comenzaba pidiéndoles que pensarán en alguna persona que ellos consideraban sabia.

En todas las respuestas había muchas coincidencias que quisiera compartir:

- La sabiduría no viene de muchos estudios formales, sino de saber leer la vida y capitalizar las experiencias. En muchos casos, se trató de gente que había pasado por muchas pruebas.
- En la “lectura de la vida” que hicieron, a diferencia de otras personas que no llegaron a la sabiduría, fueron encontrando el sabor, el sentido de cada vivencia. Muchas veces la experiencia dejaba una “formulación” clara, como una moraleja sencilla de comprender. Sin embargo, de otras situaciones, sólo se aprendía a convivir, a acompañar, sin entender demasiado, porque hay realidades que sobrepasan nuestra mente y ante las cuales sólo se tiene la actitud como frente a un misterio que no se maneja si no que se transita con paciencia, aprendiendo a convivir. Y eso también es sabiduría.
- De la gente sabia que los profesores pensaron, casi siempre resaltaba su realismo, su mirada concreta de la realidad, no ingenua. Pero, al mismo tiempo, sumamente positiva, rescatando la parte de vida que tiene cada “medio muerto” tirado al lado del camino, como nos cuenta la parábola del Buen Samaritano. Desde allí, se pone el ojo en lo que sí se puede hacer, con esperanza.
- De aquí surge que son gente alegre, feliz en lo concreto que les toca vivir.
- En la mayoría de los casos, comentaron que son gente que comparte su sabiduría, con los consejos, en el acompañamiento, en sostener con fortaleza a los frágiles. Que son generosas y expansivas, no replegadas sobre sí mismos.
- Una de las características que también abundaron en los testimonios, es que son gente que toma decisiones y las sostiene en el tiempo. Decisiones buenas que han sabido construir una familia, lucharon para mantenerla unida, han estado dispuestas a socorrer en momentos críticos, han hecho opciones costosas que resultaron positivas con el tiempo.
- Son gente feliz, y que enseña a ser feliz porque transmiten una escala de valores que sirve para serlo.
- Muchos comentaron que son gente que sabe jugarse al tiempo, que no les impacienta las esperas, que saben escuchar y ponerse en los zapatos del otro. Saben convivir con los procesos sin apurarlos y tienen la fortaleza de vencer el desgaste del tiempo con esperanza.
- Son personas confiadas a la Providencia.

De esas respuestas compartidas sentí mucha consolación porque todos, reviviendo en su memoria, habían encontrado a alguien sabio, y pensé ¡qué linda gente que sostiene nuestro

caminar! Con esta gente ¡somos ricos y hay esperanza! ¿Es posible pensar en un camino de formar en la sabiduría a todas nuestras comunidades educativas?

La pregunta tenía el propósito de mostrar que el discernimiento es sinónimo de sabiduría, que las características de la sabiduría son las competencias que están implicadas en el aprendizaje discernimiento pues el Examen Ignaciano nos ejercita para leer la vida, nos ayuda a valorar lo que tiene de bueno y así nos educa a tener una mirada positiva y esperanzadora. Eso nos lleva a hacer un acto de justicia, que es dar gracias a Dios, de quien nos vienen todas las bendiciones. También nos enseña a mirar con realismo y distinguir (discernir) lo que está bien de lo que no lo está, para tomar decisiones que apunten a la vida, a lo que une, construye, hace crecer y a ser feliz en el sentido más pleno, configurando la propia historia y la de las comunidades con consciencia, responsabilidad, amor.

Por todo esto, el discernimiento es un camino de sabiduría y se adquiere con el ejercicio del Examen Ignaciano, aun siendo una gracia. De este modo, soñamos que el ejercicio sostenido del Examen Ignaciano facilite la adquisición del aprendizaje discernimiento para ser sabios, para saber vivir en el sentido pleno de la palabra.

Nos apoyamos en la experiencia de San Ignacio.

1.- El discernimiento, un don que Dios regaló a Ignacio para la Iglesia

Dios regaló a San Ignacio el don de discernir.

Fue enseñado por Dios al ritmo de los acontecimientos que le pasaban en su vida. Así, “Dios le trataba de la misma manera que un maestro de escuela trata a un niño”, al modo de expresar de Ignacio en su Autobiografía. En efecto, Ignacio se admiraba de la diferencia de cosas que le pasaban por dentro, qué efectos le dejaban, cómo le ayudaban o impedían seguir a Cristo, cómo sintió que además de lo que él pensaba por sí mismo experimentaba dentro dos voces más: la de Dios o el Buen Espíritu y la del Mal Espíritu o “enemigo de natura humana”. Esto lo llevaba a conocer internamente las “diversas mociones que en su ánima se causaban” para tomar decisiones libres que fueran una respuesta en fidelidad a la guía de Dios.

Fruto de esta experiencia, en los Ejercicios Espirituales propone varias formas de examinarse y deja también el tesoro de las Reglas de discernimiento. Estas orientaciones iluminan un modo de proceder para leer la propia vida, tomar consciencia de ella diferenciando cada uno de los elementos que la configuran, comprenderla, valorarla, ser agradecido y positivo, y configurar la propia persona según las decisiones que en conciencia sienten que son buenas, acertadas.

Se dice de Ignacio que cada hora hacía una pausa para hacer el Examen y ver por dónde Dios había pasado. Vivía tomando consciencia de todo lo que pasaba. Y a sus jesuitas les recomendaba especialmente la constancia de esta práctica.

Siendo un tesoro tan valioso ese camino de sabiduría que Dios regaló a Ignacio, en nuestros colegios de la Compañía deseamos ofrecer la posibilidad de acceder al mismo, creando espacios para hacer el Examen Ignaciano. El presente Manual pretende mostrar un modo concreto de practicarlo.

2.- La construcción del Manual y algunos descubrimientos

Este Manual de Examen Ignaciano es fruto del trabajo colaborativo de varios años, resultado de muchas prácticas, talleres y reflexiones llevadas adelante por pastoralistas de los colegios jesuitas de la Provincia jesuita argentino-uruguaya (ARU)¹.

En este proceso de reflexiones se definió, en primer lugar, el Discernimiento como un aprendizaje². A partir de esta definición se trabajó por comprender la naturaleza, la esencia, las competencias involucradas en dicho aprendizaje, el proceso de adquisición del mismo. Y en esa reflexión surgieron algunos “descubrimientos”.

Se comprendió que -como todo aprendizaje-, se puede adquirir con ejercicio, aun sosteniendo que es una gracia que sólo Dios da, por lo cual es necesario pedirla ya que pertenece al terreno sagrado de la consciencia.

Se descubrió que el discernimiento, tal como nos lo propone San Ignacio, no es un mero ejercicio psicológico de introspección inmanentista. Si bien presta mucha atención a elementos de auto conocimiento del propio mundo interior, sin embargo, se da en el ámbito de una oración, es decir, de un diálogo con Dios donde se realiza en su Presencia, en actitud de escucha, en disponibilidad de respuesta a la belleza del sentido que Dios nos comunica en cada iluminación al leer nuestra propia vida, y allí nos sugiere, nos motiva, nos orienta, nos llama, etc³. Por eso es bueno y necesario, para que sea una experiencia religiosa de encuentro con el Señor, complementar la práctica del Examen Ignaciano con espacios de experiencia de Dios que fomenten la relación personal con Él, tal como es la Oración Ignaciana o todo tipo de contemplación del Evangelio, a fin de conocer más a Jesús para más amarlo y seguirlo.

Se descubrió que ese ejercicio tiene una lógica interna y que era un desafío respetar esa lógica en diálogo con la etapa madurativa de los niños.

En esta lógica aparecen las competencias internas que intervienen en el Discernimiento, y así se consensuó proponer un camino progresivo en el que se vayan adquiriendo dichas competencias a lo largo de todo el trayecto escolar, desde el Nivel Inicial hasta el final de la secundaria y de allí para toda la vida. Es decir, que no se presenta el Examen Ignaciano completo desde pequeños con todas las competencias en juego, sino que se va ejercitando desde las competencias más simples y básicas hasta las más complejas, de modo que el largo tiempo de ejercitación sostenida augure una mayor incorporación del aprendizaje.

¹ En diversas etapas de reflexión que aportaron a la elaboración del presente Manual intervinieron las siguientes personas a quienes agradecemos: Paula Dalzotto y Jerónimo Laneri (San Roque González, Manos Abiertas, Concordia). Hna Nanci Yoris (San Ignacio, Montevideo). P Emanuel Sicre sj, Daniela Ríos, Elba Lazzaroni, Susana Ferreyra (Inmaculada, Santa Fe). Adriana Frigerio, Julio Navarro, P Franco Raspa sj (San Luis Gonzaga, Mendoza). Cecilia Duarte (Itatí, San Miguel). Matías Agüero sj (Sagrada Familia, Córdoba). Estefanía Borroski, Laura Rodríguez (San Ignacio, Posadas). Nicolás Pavesse, Silvia Rocha (Misericordia, Posadas). P Maximiliano Koch sj (Fe y Alegría). P Néstor Manzur sj (San Javier, Tacuarembó). Santiago Vons (Salvador, Buenos Aires)

² Siguiendo la lógica del Sistema de Calidad de la Gestión Escolar de FLACSI (SCGE), se definieron tres aprendizajes pastorales: “**conocimiento del Señor**” en el sentido de la petición de la segunda semana de EE, es decir, la experiencia de Dios; el “**compromiso**” con el prójimo, como la realización del *ser con y para los demás*; y el “**discernimiento**” como mediador entre la experiencia de Dios (amor a Dios) y el compromiso (amor al prójimo). Se puede profundizar en www.educacionaru.org

³ No todos los alumnos son católicos o creyentes. Aun contando con esta realidad, se propone realizar el Examen como una oración, reflexionando previamente con los no creyentes el sentido que tiene en sí mismo el tomar consciencia de la vida. Y al inicio, entonces, se invita a estos alumnos a ponerse en presencia, no de Dios, sino en presencia de alguien significativo para ellos, alguien que admiren, valoren como un sabio, con valores que ellos sienten como buenos. Es decir, en algo superior que los trascienda desde donde puedan leer la propia vida, pero con una luz que le ayude a poner nombre a las cosas.

Este Manual se construyó en diálogo con la etapa madurativa de los niños e iluminado con el Itinerario Formativo de la red de Educación de la Provincia jesuita argentino-uruguaya, por lo cual haremos constante referencia al mismo⁴.

3.- El discernimiento como aprendizaje

El discernimiento es un aprendizaje, espiritual religioso, Ignaciano, profundamente humano. Este aprendizaje se traduce en un hábito que permite leer la propia vida como un libro para aprender lo que la vida dice, lo que Dios dice en la vida y desde allí tomar las decisiones. Es un hábito que estructura internamente como “contemplativos en la acción”, facilitando la toma de consciencia de lo vivido, el percibir el sentido más profundo y completo de la realidad desde los ojos de Dios, con gratitud, disponibilidad y decisión para el servicio. Desde aquí podemos decir que esta práctica permite saborear sostenidamente el sentido profundo de las cosas en su dimensión total y por ello transforma en “sabios”: personas agradecidas, con actitud positiva y proactiva. Se trata de un verdadero diálogo con Dios, consigo mismo, con la realidad, una herramienta que permite construir la vida con consciencia, libertad y responsabilidad creativa. Predispone al espíritu crítico, a la pregunta constante sobre la propia vida, en búsqueda de la autenticidad en diálogo con el Señor.

Sería deseable que nuestros egresados se llevaran de su paso por el colegio este aprendizaje, sabiendo que el aprendizaje es “resultado de lo que el alumno hace y piensa y sólo de lo que el alumno hace y piensa” (Herbert A. Simon). Es decir, el hábito adquirido, incorporado personalmente, naturalizado, de mirar la realidad desde los ojos de Dios para escuchar su voz y poder responder en fidelidad a su/s llamado/s. Sería deseable, que este hábito de examinar lo que ocurre cada día, se prolongue a lo largo de toda su vida, que se haga actitud vital, rutina de pensamiento, cultura del modo de ver y de tomar las decisiones conscientemente.

Como todo aprendizaje, para su apropiación, se necesita una propuesta para ejercitarse, que esté acompañada de método y contenidos, secuenciada de acuerdo a la edad de cada uno. El presente Manual ofrece una propuesta de “modo y orden” para que el guía, en cada curso, tenga un material que resulte sencillo y práctico a fin de llevar adelante este ejercicio espiritual. Está organizado sistemáticamente por adquisición de competencias que se van complejizando a medida que van creciendo los estudiantes.

Como se adquiere sobre todo con la práctica, es necesario planificar espacios para ejercitarse. Ello requiere una decisión política de la Dirección de señalar el tiempo para su ejercicio constante, el horario, el Guía que oriente el ejercicio, la capacitación, materiales que se requieran, etc. Esto lo desarrollaremos más adelante.

Conviene volver a recordar que, como todos los aprendizajes espirituales religiosos, son una gracia y no sólo fruto del simple esfuerzo y genialidad humanas. Como dice el Papa Francisco, “el discernimiento no supone solamente una buena capacidad de razonar o un sentido común, es también un don que hay que pedir” (GE 166). Por lo tanto, el discernimiento entendido como lo entendía Ignacio, es un regalo gratuito que viene de Dios y por lo tanto hay que pedirlo. Estamos en un campo sagrado de la vida escolar donde nuestra propuesta no es más que mostrar el umbral para que cada uno -según su libertad-, pueda optar por entrar, poniendo sí de nuestra parte los recursos organizativos que más podamos para colaborar con la gracia, creando el espacio para que germine el proceso de crecimiento interior y cada uno pueda recibir la gracia del discernimiento.

Por eso es muy importante, en el ejercicio del Examen Ignaciano, el momento de la petición. Es consolador y esperanzador pensar que toda la comunidad educativa y cada uno, durante todos los años que transite su formación pida constantemente la gracia del discernimiento. Es como la gracia de la sabiduría que pedía el joven Salomón. ¿Querrá Dios dar esa gracia? Es esperanzador imaginar que toda la comunidad crece en esa sabiduría espiritual

⁴ Se puede ver el Itinerario Formativo en: <https://educacionaru.org/biblioteca/>

que enseña a leer la vida en profundidad y de esa interpretación toma las decisiones para la construcción del Reino.

4.- Sistematizar la práctica

En las reflexiones del grupo de Pastoral del Sector Educación ARU encontramos que el Examen Ignaciano (cfr. EE 43) posee una lógica de tres pasos o momentos, cada uno con sus competencias específicas. Se puede simplificar en tres elementos: conciencia de lo vivido (memoria agradecida), herramientas para distinguir con profundidad lo vivido, y la toma de decisiones.



1°) **Recordar** lo vivido (leer lo que se vive, tener conciencia de lo vivido), **valorar** (tomar conciencia del sentido y del valor que tiene cada paso de la propia historia) y **agradecer** a Dios “enteramente reconociendo” (EE 233).

2°) Mediante el aporte de **herramientas que ayuden a conocer** e iluminar con más profundidad lo vivido, y donde también entra la mirada realista de la fragilidad, la lucha y el pecado. Generaría condiciones de posibilidad para que nuestros estudiantes adquirieran la capacidad de poner nombre a lo que ocurre en su mundo interior distinguiendo la consolación y desolación con los sentimientos y emociones de cada uno, la presencia del Buen y del Mal Espíritu. Ayudará el Evangelio, las Reglas de Discernimiento, elementos de psicología. Para la elaboración de las Fichas se tomó el Itinerario Formativo que define la intencionalidad específica para cada año⁵.

3°) Busca generar la capacidad de **tomar decisiones** que respondan a lo que Dios quiere de cada uno y de poder configurar un Plan de vida que responda a la vocación personal según el amoroso y personal designio que Dios tiene para cada uno.

Esta estructura con la cual proponemos la sistematización para la adquisición del aprendizaje “discernimiento”, encuentra analogía con el estilo evangélico de **ver - sentir** (compasión) - **actuar** (por ejemplo la estructura de los milagros de Jesús; la parábola del Buen Samaritano, etc.), con el **ver - juzgar - actuar** de las Juventudes Obreras Católicas, de *Mater et*

⁵ A su vez, el Examen Ignaciano resulta una herramienta potente para asimilar la propuesta del Itinerario Formativo (que es la propuesta de los EE). Dicho Itinerario surge del diálogo entre la etapa madurativa de los estudiantes y la espiritualidad ignaciana.

Magistra, Gaudium et Spes, Apostolicam Actuositatem, Medellín y Puebla, y últimamente con el método de discernimiento que en el Documento Preparatorio del Sínodo de los Obispos sobre los jóvenes presenta en las fases de *reconocer - interpretar - elegir* (citando a EG 51).

	Evangelio	MM, GS, AA, Medellín-Puebla	Sínodo sobre los jóvenes
1°	<i>Ver</i>	<i>Ver</i>	<i>Reconocer</i>
2°	<i>Sentir</i>	<i>Juzgar</i>	<i>Interpretar</i>
3°	<i>Actuar</i>	<i>Actuar</i>	<i>Elegir</i>