

14 Reglas de discernimiento de espíritus de San Ignacio de Loyola.

Querido principiante:

Llegados a este punto, te dejo con las primeras 14 reglas de discernimiento de espíritus, muy provechosas para quien se plantea seriamente la santidad. Si vas a la guerra, necesitas conocer bien tu propio ejército y el del enemigo. Estas reglas fueron formuladas por San Ignacio de Loyola, un hombre experimentado tanto en el combate físico como en el espiritual. Aquí las he presentado con mis propias palabras. Te he ido explicando cada una de ellas en las cartas anteriores.

Primera. Si estás en pecado mortal o llevando una vida llena de vicios, el espíritu maligno (el enemigo, el diablo) te ofrece constantemente placeres sensuales y otras atracciones pecaminosas para mantenerte en ese estado. El buen espíritu (Dios, tu ángel de la guarda) actuará de manera opuesta, intentando hacerte razonar y haciendo que te recuerde la conciencia para que te apartes del pecado.

Segunda. Para aquel que busca activamente purificar su alma y convertirse en santo, el enemigo intentará disuadirlo, a menudo, infundiéndole temores irracionales. El buen espíritu lo animará a perseverar, lo consolará, le infundirá paz y apartará de su camino los impedimentos para que siga adelante.

Tercera. Se habla de consolación cuando el alma se inflama con amor o cuando experimenta un aumento de fe, esperanza o caridad. Puede manifestarse con lágrimas de sincero arrepentimiento de los pecados cometidos, o, por ejemplo, como una emoción particular al meditar la Pasión de Cristo. Se podría decir que es una moción interior que hace desear amar y servir más a Dios.

Cuarta. La desolación es lo contrario a la tercera regla: cuando el alma está a oscuras y se ve atraída por cosas mundanas, incapaz de elevarse a Dios, al acecho de cualquier tentación y carente de fe, esperanza, amor y confianza en Dios. Cuando uno está desolado se siente apartado de Dios y atraído por la pereza, la mediocridad, la tristeza, etc.

Quinta. Cuando te encuentres en estado de desolación no cambies nada, sino persevera en los propósitos que hiciste en la consolación anterior, porque al igual que en tiempo de consolación nos guía y aconseja el buen espíritu, en la desolación lo hace el malo.

Tutor Salud Mental y Espiritualidad para Adultos

+52 9993466206

antonioalonzo@tutorsaludmental.com.mx

[/www.facebook.com/TutorSaludMental](https://www.facebook.com/TutorSaludMental)

www.tutorsaludmental.com.mx

Sexta. Dado que en la desolación no debemos cambiar de propósitos, para luchar contra ella es muy provechoso insistir en la oración, hacer un buen examen de conciencia e incluso algún tipo de penitencia.

Séptima. Cuando estés en desolación, considera que es el Señor el que permite que así sea, dejando que te sientas solo frente a las tentaciones. Y, sin embargo, aunque no lo sientas, Él te ha dado la gracia para resistir y hasta la gracia suficiente para alcanzar la salvación.

Octava. En la desolación trabaja la paciencia. En vez de desanimarte, piensa que pronto serás consolado y pon los medios necesarios para combatir la desolación como está dicho en la sexta regla.

Novena. Hay tres causas principales por las que podemos estar desolados:

1. Por descuidar nuestra vida espiritual... Admítelo, es culpa tuya.
2. Dios puede estar poniéndonos a prueba para ver si también le somos fieles cuando no sentimos su presencia.
3. En ocasiones Dios nos enseña mediante la desolación que ninguna consolación es fruto de nuestro propio hacer, sino que siempre es un don gratuito suyo, y no debemos cometer el error de atribúrnosla.

Décima. Cuando estés en consolación nunca olvides que la desolación llegará. Así que ponte en guardia y prepárate para la batalla.

Décima primera. En la consolación procura pensar en lo poca cosa que eres. Humíllate y date cuenta de que sin Dios no puedes hacer nada. Por el contrario, en la desolación piensa en lo mucho que puedes con su ayuda y que con su gracia podrás resistir hasta la mayor oscuridad.

Décima segunda. El enemigo se comporta como una mujer que riñe con un hombre. Así pues, se crece al reñir cuanto más huya y la esquive el hombre. Y cuanto menos resistencia oponga, más se enfurece la mujer hasta llegar a ser como una bestia salvaje. Pero si el hombre se mantiene firme y se encara con ella, la mujer rápidamente se echa atrás y se enflaquece su ánimo.

El maligno se echa atrás enseguida cuando la persona a la que está tentado actúa de manera diametralmente opuesta a la que él pretende con sus tentaciones.

Por el contrario, cuando la persona empieza a flaquear, a dejarse llevar por el temor y a no oponer resistencia, el diablo acrecienta sus esfuerzos en hacer caer a esa persona.

Décima tercera. El enemigo también actúa como un amante prohibido. Este enamorado que va tras la hija de buen padre o esposa de buen marido, no quiere que salga a la luz lo que le dice y lo hace en secreto. Y le enfurece mucho que la hija le confiese a su padre o la esposa a su marido lo que él pretende que sea secreto, porque de ese secreto depende el éxito de su empresa, y el que salga a la luz le trunca los planes.

Del mismo modo, cuando el maligno seduce con vanas promesas, no quiere que la persona a la que está tentando se las confiese a un buen confesor que conoce cómo suele actuar él, ya que el confesor advertirá a la persona y le dará buen consejo, y hará que su estrategia falle.

Décima cuarta. Asimismo, el enemigo actúa como el caudillo que intenta conquistar una ciudad amurallada. Tras examinar cuidadosamente la muralla, dirigirá todo su empeño y sus hombres al punto más débil de esa muralla para entrar por ahí.

Nuestro enemigo lo hace de igual manera. Nos rodea y nos escudriña, toma nota de nuestras virtudes y vicios, y no nos ataca a través de nuestras virtudes, donde probablemente podríamos resistirle, sino a través de nuestras debilidades.

¡Ahí las tienes! No te dejes vencer, sino aprende a defenderte bien tomando tus fuerzas en Jesucristo.

RESPONSABLE DE LA TRANSCRIPCIÓN.

Antonio Alonzo Ruiz, psicólogo clínico, UVHM, México.

Tutor Salud Mental y Espiritualidad para Adultos.

Manejo del Pensamiento, Emociones y Relaciones.

Envejecimiento Saludable.

MATIA Instituto Gerontológico, San Sebastián España.

Cédula profesional 10593022

QUEDA PROHIBIDA LA UTILIZACIÓN TOTAL O PARCIAL DE ESTE MATERIAL SIN AUTORIZACIÓN ESCRITA DEL AUTOR ©

Tutor Salud Mental y Espiritualidad para Adultos

+52 9993466206

antonioalonzo@tutorsaludmental.com.mx

[/www.facebook.com/TutorSaludMental](https://www.facebook.com/TutorSaludMental)

www.tutorsaludmental.com.mx