

Orientaciones generales para el acompañamiento espiritual a distancia de ejercicios espirituales y sus adaptaciones¹

El verdadero creador es la necesidad, decía Platón en *La República* y, en el caso de los ejercicios espirituales, ha sido la necesidad la que ha despertado la creatividad de los acompañantes espirituales durante esta pandemia. El confinamiento sacó a la luz la búsqueda espiritual de numerosos y diversos grupos de personas y, como respuesta generosa, muchos hombres y mujeres de Latinoamérica se unieron a los centros de espiritualidad ignaciana de todo el continente para acompañar diversas adaptaciones de los ejercicios espirituales de San Ignacio de Loyola.

Tras los meses que ha durado la pandemia, los frutos del acompañamiento espiritual a distancia se han hecho evidentes y dignos de compartirse. Por eso, en septiembre de 2020, nos reunimos de forma virtual 70 acompañantes para recoger y sistematizar la experiencia y sus frutos. En este encuentro se revisaron dos aspectos principales del acompañamiento espiritual a distancia: los aprendizajes obtenidos y las preguntas que quedan.

La experiencia reflexionada provino, sobre todo, de las varias tandas de ejercicios breves acompañadas durante el confinamiento. Estas tandas fueron una adaptación muy breve de los ejercicios espirituales de San Ignacio de Loyola. En ellas, los y las ejercitantes recibían cada día, por medios electrónicos, una guía de oración y un video de 15 minutos, explicando la guía. Con ella debían orar una hora al día, durante quince días. En ese periodo podían tener hasta cuatro entrevistas de media hora con un o una acompañante espiritual que les

¹ Resultado de la reunión nacional de acompañantes de ejercicios espirituales, México 2020. Redacción final de Jorge Ochoa, S.J. Agradecemos a todos los acompañantes que participaron en la reunión, Selia Paludo, a Ramón Corona, a José Suárez, S.J., y a los integrantes de la CLACIES cuyas experiencias particulares estimularon nuestro trabajo durante la reunión. Agradecemos, también, a los acompañantes reunidos virtualmente, por la generosidad con la que compartieron sus experiencias y ayudaron a organizarlas; a Alfredo Aguilar por su minucioso apoyo con las tecnologías de inscripción y reunión en línea; y, finalmente, a Conchita Arias, Ana Lilia Balé y Sandra Corona, por la sistematización de los aportes recibidos.

ayudaba a distinguir la voz de Dios y decidir cómo responder a ella. Aunque fueron cortos en duración, estos “retiros” a distancia dieron grandes frutos. A la fecha han tomado estos retiros más de 1.200 personas, con evaluaciones muy positivas, tanto de quienes vivieron el retiro como de quienes acompañaron.

En menor número, pero no con menor significación, también se reflexionó sobre la experiencia de los ejercicios espirituales completos a distancia, que tienen una duración de 10 meses, y que algunas y algunos de nosotros han ofrecido para más de 100 personas, en diversas ocasiones, durante varios años.

El camino recorrido hasta ahora como acompañantes a distancia ha sido causa de tanta consolación, y es un fenómeno tan nuevo en la iglesia y en la espiritualidad, que nos ha parecido importante compartir el resultado del encuentro, a manera de orientaciones generales que puedan ser útiles a otros.

Es conveniente hacer algunas advertencias al lector o lectora:

- Tanto en el encuentro como en estas orientaciones tratamos de abordar sólo lo referente al acompañamiento *a distancia* y no sobre el acompañamiento en general. Esto, porque la cantidad de acompañamientos a distancia está creciendo, porque nos parece que se ha escrito poco sobre los modos a distancia, y porque deseamos promover una reflexión más amplia sobre estos nuevos modos.
- Estas orientaciones están hechas *para acompañar* ejercicios y no para darlos. Es decir, no están pensadas para quienes desean organizar y dirigir ejercicios a distancia o una adaptación de ellos, y que buscan ideas sobre cómo ofrecer los puntos de meditación, o los horarios adecuados, materiales, medios, etc. Sin embargo, creemos que podrían ser de utilidad para éstos.
- Preferimos la formulación *a distancia*, en lugar de *en línea*. De este modo tratamos de incluir los medios telefónicos, para los cuales el término *en línea* podría resultar impreciso. Sin embargo, no nos oponemos al uso de este último, que es el más extendido.
- Finalmente, deseamos que se usen como orientación, no como reglas. Buscan compartir lo aprendido para quienes desean comenzar o continuar esta práctica,

así como para quienes desean reflexionar sobre los nuevos modos que usamos en nuestro ministerio. Deseamos dialogar con otros para seguir discerniendo el camino que se inicia. Al parecer, la pastoral a *distancia* de la espiritualidad ha abierto un nicho propio que subsistirá tras el confinamiento.

Aprendizajes

Sobre los medios de comunicación a distancia

1. Tras la experiencia, constatamos con gratitud que Dios se hace cercano a las personas también a través de los medios electrónicos, y aprendemos a ver la tecnología como aliada maravillosa del acompañamiento espiritual. La sospecha ignaciana nos resultó muy útil para empezar a acompañar: Dios se puede hacer presente ahí donde tememos no hallarlo.
2. Reconocemos una tentación común entre quienes acompañamos: comparar sin más el modo presencial y el modo a distancia. Estas comparaciones nos desanimaban y paralizaban, haciéndonos pensar que era mejor no acompañar que acompañar en línea; a fijarnos sobre todo en las experiencias frustrantes y poco en los muchos resultados positivos del acompañamiento a distancia. Tras este tiempo nos sentimos invitados a promover las ventajas tanto del modo a distancia como las del modo presencial, según las necesidades pastorales, sin hacer comparaciones que nos paralice o desanimen.
3. Los medios de comunicación nos han dado la posibilidad de llegar a grandes distancias, y atender a personas que de ningún modo podrían pagar el costo de una casa de ejercicios, ni hacer el viaje necesario. Resonaron en nosotros los testimonios de grupos de personas en zonas rurales que caminaban al pueblo más cercano para hacer por turnos la llamada con su acompañante; ellas no habrían tenido acompañamiento sin esta modalidad. Lo mismo, agentes de pastoral que por falta de recursos para viajar a la casa de retiros habían tenido que interrumpir la formación espiritual ignaciana iniciada con anterioridad. Pudimos acompañar a personas contagiadas de COVID confinadas en casa. Algunos de

estos convalecientes hallaron en el acompañamiento un espacio de contención y de fortaleza espiritual. La comunicación electrónica resultó providencial para acercarnos de forma eficaz y segura.

4. Del mismo modo, estos medios han permitido que un número mayor de acompañantes espirituales puedan ofrecer sus dones sin importar su lugar de residencia.
5. Vemos con admiración que los recursos en línea para la vida espiritual funcionan notablemente mejor cuando hay alguien acompañando el itinerario. Aunque en años pasados concentrábamos la atención en la creación de plataformas digitales para ofrecer videos, guías de oración, reflexiones/oraciones grabadas, programas formativos en espiritualidad, etc., los frutos alcanzados en estas experiencias acompañadas nos confirman la intuición de que se aprovechan mucho más cuando se viven con acompañamiento.
6. El acompañamiento a distancia es especialmente conveniente para los Ejercicios en la vida diaria (aquellos en los que el ejercitante dedica sólo una hora al día para la oración, sin dejar sus ocupaciones cotidianas, y que fue sugerido por San Ignacio para personas que no pudieran retirarse a vivir los ejercicios). Los medios de comunicación a distancia hacen innecesario el desplazamiento cada quince días durante los 10 meses que suele durar el itinerario.
7. Los medios han permitido que quien acompaña “entre” en el entorno diario del acompañado, y conozca su casa, personas familiares, sonidos ambientales, objetos significativos, etc. Esto representa un nivel de conocimiento poco común hasta ahora.
8. Advirtamos que los medios de comunicación, al permitir conocer mutuamente los contextos de quien acompaña y de quien es acompañado, ayudan a la creación del vínculo de confianza entre ellos.
9. Los medios han ayudado a dar cauce a la solidaridad: se ha podido ayudar en la formación espiritual de agentes de pastoral de parroquias a las que no hubiésemos tenido acceso presencial, y a religiosas y voluntarios en regiones remotas. Para ellos y ellas nuestra presencia significa mucho y los anima en su labor.

10. El acompañamiento a distancia ha fomentado la fraternidad y sororidad entre diferentes vocaciones eclesiales. Laicos, laicas, religiosas, religiosos, y sacerdotes fueron acompañantes y acompañados entre sí, con frutos espirituales que trascendían su vocación o ministerio.
11. Es de notar que, cuando el acompañamiento se da como parte de unos ejercicios en grupo, se favorece una experiencia de cuerpo eclesial con mayor intensidad que cuando se acompaña en ejercicios estrictamente individuales.

Sobre las actitudes del acompañante a distancia

1. De un modo particularmente notable, el acompañamiento a distancia nos exige valorar las diferentes condiciones de vida, culturas, sus modos de expresión, sus variadas imágenes de Dios y prácticas religiosas. Ayuda mucho preguntar con naturalidad sobre lo que no nos sea familiar y que podría ser vehículo de una genuina experiencia de Dios.
2. El acompañamiento a distancia requiere ser atentos y comprensivos ante las condiciones de vida ordinaria de los acompañados, sus labores domésticas, urgencias inaplazables, o la posible poca intimidad en casa. Exceptuando los casos de negligencia patente, y sabiendo que hay límites para todo, hay que comprender con paciencia que no pueden hacer ejercicios como si estuvieran en una casa de retiros.
3. Por la disminución de la presencia corporal, se requiere desarrollar una mayor atención y escucha, así como aprovechar las nuevas posibilidades mediáticas. La limitación respecto a la observación de todo el cuerpo de quien acompañamos es compensada por la posibilidad que algunos medios tienen de observar mejor ciertos gestos, posturas, miradas, movimientos, silencios, inflexiones de voz, expresiones verbales y no verbales, etc.
4. Es deseable abrirse a la necesidad de extendernos un poco más en el proceso del acompañamiento, dentro de lo razonable.

5. Ha sido muy benéfico para los acompañados que su acompañante evite manifestar desánimo cuando se presenten limitaciones de comunicación, y más bien muestre ánimo, comprensión, y sugiera alternativas.
6. Mucho ayuda ser comprensivo y adaptarse a la capacidad que se tenga para usar cierto equipo de comunicación, plataformas digitales, tipos de archivos, etc. No dar por supuesto que se tiene acceso a tal o cual tecnología, sino preguntar y adaptarse a las posibilidades.
7. Hay que ser conscientes de que los medios de comunicación pueden también causar distracciones, por ejemplo, al tener abiertas las notificaciones de WhatsApp, Facebook u otras redes durante la entrevista. Ayudemos a los y las ejercitantes a que se hagan conscientes de ello.
8. Es imprescindible que quien acompaña pueda ofrecer un espacio de privacidad. Esto significa poder estar a solas y sin riesgo de ser escuchada o interrumpida por otras personas, sean familiares, asesores de tecnología u otros, que suelen atravesar el espacio visual o sonoro del acompañamiento. Los audífonos no suelen proveer suficiente sensación de privacidad.
9. Dentro de nuestras posibilidades, conviene dar libertad a la o el ejercitante para elegir el medio de comunicación. Algunos prefieren la escritura (como correo electrónico o mensajes de texto), otros, solo la voz (como la telefonía o mensajes grabados de audio en WhatsApp o Telegram), y otros, las video llamadas (por Zoom, Google meets, Facetime, WhatsApp, etc.).

Sobre la preparación de la experiencia de ejercicios a distancia

1. Previos a la primer entrevista, o como parte de un primer encuentro breve, es muy útil conocer datos generales, expectativas, capacidades, etc., de la o el ejercitante; acordar horarios de citas (¡tomando en cuenta la diferencia horaria!) y cómo suplirlas en caso de que surja un imprevisto; acordar en un “plan B” para comunicarse en caso de falla del medio, verificar que haya recibido el material y pueda manejarlo, explicar en qué consiste el acompañamiento, enfatizar la importancia de la oración personal y la necesidad de poner la mayor atención posible en la entrevista.

2. Dado que los medios a distancia han puesto en circulación un número grande de formatos, interpretaciones y versiones, es necesario conocer bien los ejercicios de San Ignacio y las posibilidades de adaptación que tienen, tanto en fondo como en forma.
3. Es útil conocer los materiales que orará su acompañada o acompañado, así como otros materiales que se le puedan sugerir y hasta compartir para crear una atmósfera espiritual propicia. Nos referimos a películas, textos de apoyo, eventos grupales, eucaristías en línea, oraciones comunes, entre otros.
4. Es necesario tener un mínimo de recursos de comunicación y estar suficientemente capacitado en su uso. Por ejemplo, saber dónde y cuándo obtener mejor señal y ancho de banda para conectarse, o conocer diferentes alternativas de medios de comunicación.
5. Para evitar cobros que imposibiliten o afecten negativamente el acompañamiento, hay que verificar que se estén usando medios de comunicación gratuitos.
6. Reconocemos que la plataforma WhatsApp y aquellas que pueden ser usadas en celular son más extendidas que aquellas que requieren computadora personal o pago por su uso.
7. Cuando se acompaña a varias personas ayuda mucho crear grupos de WhatsApp para agilizar la comunicación con nosotros y animarse entre ellos.
8. El acompañamiento en grupo empieza a abrirse paso como una alternativa de acompañamiento a grupos numerosos
9. Es deseable establecer previamente un calendario de reuniones para acompañantes, con el fin de presentar el material de oración, aclarar dudas, acompañarse, orar juntos, y supervisar/evaluar la experiencia. Sin embargo, hay que tomar en cuenta que, en la práctica, los acompañantes pueden tener problemas para asistir si acompañan a un número grande de personas, o por sus varias ocupaciones.

Retos y preguntas sin resolver

1. ¿Cómo ayudar a generar un ambiente de retiro que favorezca la interiorización el sentido de comunidad? Las eucaristías generales al inicio y al final, así como las reuniones grupales de el o la acompañante con sus ejercitantes han ayudado mucho, pero pensamos que se podrían ofrecer más ayudas.
2. Aunque hemos recomendado flexibilidad para continuar las sesiones de acompañamiento cuando no se ha terminado el proceso total del retiro, queda la duda acerca de esto. Posiblemente necesitamos discernir mejor cómo y cuándo cerrar el proceso de acompañamiento. No deseamos que nos confunda el vínculo afectivo, ni el temor a ser irresponsables, o a que la persona acompañada no encuentre otras ayudas dentro y fuera de la iglesia, ni otras cosas. Sospechamos también que los medios de comunicación, al acercarnos con comodidad a nuestros acompañados y acompañadas actuales, podrían hacernos ignorar a quienes no han sido aún atendidos.
3. Queda el reto no sólo de crear, sino de mantener y socializar un repositorio de recursos en espiritualidad, así como de terminales apostólicas, que podamos sugerir a los acompañados para que busquen seguimiento por sí mismos. La vinculación con la iglesia local y otras comunidades eclesiales es una opción que necesitamos seguir fomentando.
4. Dada la gran cantidad de personas que se acercan a las diferentes modalidades de los ejercicios, nos preguntamos si en las adaptaciones más breves y sencillas podría ser útil y conveniente el acompañamiento grupal. Las experiencias positivas tenidas en ese tipo de adaptaciones nos hacen pensar que sí, aunque no ha sido una práctica extendida.
5. Ante el aumento de acompañantes, con diversidad de formaciones y experiencia, nos preguntamos cómo asegurar un mínimo de capacidad en ellos y ellas y cómo ofrecerles formación y acompañamiento adecuados. Creemos que haber tomado un curso de acompañamiento no es garantía de capacidad, y nos preocupa que el aumento de necesidad traiga consigo la disminución en la calidad del acompañamiento. Sin embargo, nos tranquiliza ver que en las evaluaciones hechas por más

de 1.000 ejercitantes no se manifestaron quejas hacia los acompañantes. Recomendamos seguir atendiendo a las evaluaciones y buscar procesos formativos que permitan conocer la práctica de los y las acompañantes.

6. Aunque las adaptaciones de ejercicios que hemos acompañado son breves y sencillas, hemos manifestado el deseo de que haya un mayor “filtro” para inscribirse. La situación sugiere que nuestras expectativas son mayores que lo conveniente, sobre todo al considerar que San Ignacio promovía el uso de ejercicios de primera semana a un número grande y abierto de personas. Somos las y los acompañantes quienes filtraremos a quienes veamos con capacidad para dar mayor fruto apostólico en ejercicios de más hondo calado (cfr. las anotaciones iniciales de los ejercicios espirituales).
7. Aunque en las últimas experiencias se ha preguntado a las personas inscritas si desean y se comprometen a tener acompañamiento, algunas de ellas no respondieron a los llamados de sus acompañantes. No encontramos aún el modo de garantizar que no suceda esto, si es que conviniera aspirar a ello.
8. Los medios en línea han facilitado la oferta de muy diversas adaptaciones de los ejercicios, sin distinguir entre unas y otras. Nos preguntamos cómo ser más precisos en los nombres que damos a los diferentes niveles y duraciones de las adaptaciones de los ejercicios, para evitar confusiones en quienes los toman. Algunas provincias jesuitas distinguen entre retiros y ejercicios completos. Eso nos da luz al respecto.
9. La población sin acceso a la tecnología sigue confrontándonos. ¿Qué otros recursos de comunicación a distancia podríamos usar para acompañar a quienes tienen menor acceso a medios tecnológicos?
10. Nos queda el reto de ayudar a los directores de ejercicios a encontrar adaptaciones a distancia de los ejercicios cada vez más adecuadas a la realidad y posibilidades de quienes los toman. Los directores podrían aprovechar mucho del conocimiento que los acompañantes tienen de sus acompañados: realidad familiar y social, problemáticas presentadas a Dios en la oración, modo en que Dios parece moverlos, modos de comprender los materiales de apoyo, posibilidades reales de tiempo y espacio para orar, etc.

11. Nos cuestionan positivamente quienes testimonian que el acompañamiento a distancia hizo sentir seguras y en confianza a quienes acompañaron, lo que se tradujo en gran apertura al compartir. Creemos que es bueno poner atención en este fenómeno, que podría resultar novedoso y muy interesante.

Terminamos muy agradecidos por el consuelo espiritual que despertó en nosotros la reflexión sobre el acompañamiento ofrecido en estos meses de pandemia. Una serie de habilidades hasta ahora no utilizadas comenzaron a despertarse, superamos limitaciones y hasta analfabetismos tecnológicos, nos encontramos con acompañantes y acompañados de muchos lugares del mundo en “espacios” electrónicos donde poco o nunca habíamos estado. Todo esto, para responder a la necesidad de muchos que había sido escuchada por el Espíritu y nos lanzó juntos al camino.

Al ser testigos del caminar de quienes acompañábamos a cientos o miles de kilómetros de distancia, totalmente fuera de nuestro alcance físico, recordamos con gratitud la gran verdad que por costumbre a veces olvidamos: el verdadero protagonista es Dios. Ante la necesidad, Él nos ha conducido a través de fronteras territoriales, culturales, existenciales y -ahora- tecnológicas.

¿Tienes alguna aportación sobre estas orientaciones que pueda resultar útil?
Escríbenos a articulo.espiritualidad@cpalsj.org. Incluye una breve descripción del tipo y duración del acompañamiento a distancia que has ofrecido.