

“FORMACIÓN COMÚN PARA CRECER EN LA FE Y EN EL SERVICIO”

Área Espiritualidad





Formación para
la Colaboración
en la Misión

“FORMACIÓN COMÚN PARA CRECER EN LA FE Y EN EL SERVICIO”

Área Espiritualidad

Módulo I
El Camino Interior

Enlaces actualizados a la web de la CPAL





OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

1. Reconocer y valorar la propia interioridad.
2. Tener pistas para cultivar una espiritualidad honda.
3. Avanzar en contacto consigo mismo, autoconocimiento, y capacidad de oración.

UNIDADES TEMÁTICAS

TEMA 1: Interioridad y espiritualidad



CONTENIDOS

1. ¿Qué decimos cuando decimos interioridad?
2. La interioridad como posibilidad de una vida en el Espíritu.
3. Formas prácticas de cultivar la interioridad.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos
 - a. Ylla, Lluís (2013, Marzo). [¿De qué hablamos cuando hablamos de interioridad? De entrada unas preguntas](#). Cuadernos EIDES nº 69, marzo 2013, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia, 5-11.
 - b. Melloni, Xavier (2013, Marzo). [El qué y el cómo de la interioridad](#). Cuadernos EIDES nº 69, marzo 2013, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia, 12-17.
 - c. Rambla, Josep M. (2013, Marzo). [Aproximación Ignaciana a la interioridad](#). Cuadernos EIDES nº 69, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia, 18-24.
2. Complementarios
 - a. Oller, M. Dollors (2013, Marzo). [Una muestra del diálogo final](#). Cuadernos EIDES nº 69, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia, 25-27.
 - b. Cabarrús S.J, Carlos (2003, Abril). [Del fetiche de “Dios” al DIOS de Jesús. Depuración de la culpa](#). Módulo del Programa “Formación para Laicos-as”, Provincia Centroamericana de la Compañía de Jesús.



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal
 - a. Leer atenta y reflexivamente los textos propuestos buscando una mayor claridad y comprensión de lo que es “interioridad”, “espiritualidad” y de la relación entre ambas.
 - b. Identificar elementos, sugerencias y prácticas que resuenen más adaptadas para el crecimiento y aliento de la vida espiritual de la propia persona, para ponerlas en práctica.
2. Para el trabajo en grupos
 - a. Compartir los principales elementos que ayudan a una mejor comprensión de la interioridad y de la vida en el Espíritu.
 - b. Intercambiar sobre diversas prácticas y experiencias personales de interioridad de las que se pueda aprender en común.
 - c. Relacionar los principales aprendizajes del tema con los aspectos más importantes de la vida espiritual y actual misión apostólica.

TEMA 2: La escucha y expresión de nuestros sentimientos como camino de interiorización



CONTENIDOS

1. Nuestro cuerpo, nuestro psiquismo, nuestro espíritu.
2. Importancia del “sentir” en la espiritualidad ignaciana.
3. El silencio como camino de interiorización.
4. El examen ignaciano.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos
 - a. Provincia de Loyola (2012). [La escucha y expresión de nuestros sentimientos como camino de interioridad](#). Recurso del Plan de Formación “Misión e Identidad Ignacianas”.
 - b. Araújo do Santos, Adelson (2011, Junio). [El sentido del Examen de Conciencia Ignaciano en el proceso de crecimiento humano y espiritual del cristiano de hoy](#). ITACI, Revista de Espiritualidad Ignaciana nº 84, Brasil, 47-57.
 - c. Cabarrús, Carlos (1998, Noviembre). [El examen, vía de acceso al discernimiento](#). Instituto Centroamericano de Espiritualidad. Guatemala.

2. Complementarios

- a. Roig, Jaime (1998, Octubre). [La soledad](#). Cuadernos EIDES nº 25, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia.
- b. Gorbeña, Susana (2012). [La identidad personal](#). Recurso del Plan de Formación “Misión e Identidad Ignacianas” de la Provincia de Loyola.



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal

- a. Considerar detenidamente cada una de las láminas y textos básicos propuestos.
- b. Reflexionar sobre la experiencia personal de escucha y expresión de sentimientos, para identificar puntos en los que sienta que debiera mejorar, y formularse preguntas que permitan una ulterior profundización del tema.
- c. Ejercitar pausadamente las sugerencias que aparecen en las láminas y textos.

2. Para el trabajo en grupos

- a. Compartir los principales elementos que ayudan a una mejor identificación y un mejor manejo de los sentimientos.
- b. Reflexionar en común sobre el Examen de Conciencia Ignaciano, para identificar sus principales aportaciones al crecimiento humano y espiritual.
- c. Compartir algunas experiencias de manejo adecuado o inadecuado de las emociones.
- d. Dialogar sobre la práctica del Examen de Conciencia Ignaciano.
- e. Intercambiar sobre la importancia que pueden tener estos elementos para el trabajo de colaboración en la misión.

TEMA 3: La oración en la escuela ignaciana de los Ejercicios



CONTENIDOS

1. La oración de Jesús.
2. La oración en Ignacio de Loyola.
3. Los métodos de oración en los Ejercicios Espirituales.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos

- a. Provincia Centroamericana (2003, Abril). [La oración de Jesús, la oración ignaciana](#). Módulo del Programa “Formación para Laicos-as”.

- b. Provincia Centroamericana (s.f.). [Métodos de oración](#). Guion para los “Encuentros de la Familia Ignaciana”.

2. Complementarios

- a. Manresa, Fernando (1996, Febrero). [La oración: con el sentimiento de una presencia](#). Cuadernos EIDES nº 18, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia.
- b. Borràs, Pere (1999, Marzo). Dificultades para orar. [Dificultades para orar](#). Cuadernos EIDES nº 26, Barcelona-España: Cristianisme i Justícia.
- c. Martin, James (s.f.). [Sombras en la oración](#). Artículo tomado de Mirada Global.



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal

- a. Leer atenta y reflexivamente los textos propuestos, buscando lo que más resuene, ilumine, interpele, ayude... de la oración de Jesús.
- b. Identificar las sugerencias que le hayan parecido especialmente más ayudadoras para mejorar su propia manera de orar y realizar ejercicios prácticos.
- c. Formular por escrito los principales aprendizajes: ¿qué es lo más valioso de lo que ha encontrado para mejorar su manera de orar, lo que quisiera compartir con otras y otros?

2. Para el trabajo en grupos

- a. Compartir los principales elementos que ayudan a una mejor comprensión de la oración de Jesús y la oración ignaciana.
- b. Intercambiar algunas experiencias de oración que puedan ayudarnos a nosotros, y a aquellas personas a las que deseamos ayudar.
- c. Poner de relieve la incidencia de la oración en la realización de nuestra actual misión.