



HACIA UNA ESPIRITUALIDAD SALUDABLE

Profesora Waleska Vega Jiménez, MA
Universida Teológica del Caribe

Objetivos

1. Redescubrir la vida espiritual.
2. Ver a Dios como comunidad.
3. Conocer los 3 enemigos de la verdadera espiritualidad
4. Veremos que es Compasión o encarnación
5. Repasaremos espiritualidad y justicia
6. Veremos las Disciplinas Espirituales

Cassese, nos dice, referente a la espiritualidad:

“que lo que el ser humano hace con el aliento de vida que recibió de Dios es, en definitiva, su espiritualidad. Ese aliento de vida que Dios sopla sobre el ser humano no lo hace un ser vivo como los animales o plantas, sino un ser vivo especial; lo hace un “ser viviente” y, por lo tanto, creado para comunicarse y para vivir en comunión con Dios y en comunidad con todo lo creado por Dios” (pág. 20)



Redescubriendo la Espiritualidad

- La vida espiritual orientada a la experiencia de comunión y comunidad nos proporciona la renovación integral y plena en nuestra vidas.
- Como dijo Lutero:
 - “Esta vida no es piedad; es el proceso para llegar a ser piadosos. No es salud; es el proceso para llegar a ser saludables. No es ser; es llevar a ser. No es descanso; es actividad. Todavía no somos; estamos llegando a ser. Todavía no está hecho, todavía no ha tomado lugar; está en el proceso de llegar a ser. No es el fin; es el camino.”
- La experiencia de fe es parte de un camino hacia el prójimo, porque Dios mismo es el camino.
- En la praxis del amor, la eternidad comienza al estar juntos, todo lo que conforma la dimensión de la existencia humana está fundamentada en las base de la relaciones sociales.

Redescubriendo la Espiritualidad

- En nuestro contexto como cristianos, el concepto de la espiritualidad esta basado en las Sagradas Escrituras, cuando habla que no podemos relacionarnos con Dios a quien no hemos visto a menos que nos relacionemos con otros humanos, a quien sí hemos visto (1 Juan 4:20).
- ¿Quien es tu (nuestro) prójimo?
 - Vamos a la Palabra donde habla de la parábola del buen samaritano. (Lucas 10:25-37)
 - Un sacerdote y un levita, personas religiosas conocedoras de la ley, no se detuvieron a ayudar a la persona en su necesidad.
 - Un samaritano, que tenía la mejor excusa para no ayudarlo, porque los samaritanos eran despreciados por los judíos, aun así el samaritano supero sus prejuicios, no tuvo excusas. Cumplió su responsabilidad humana de ayudar, fue el único que reconoció a su prójimo en el necesitado.
 - Gutiérrez (1987:257), dijo: “no es aquel que se encuentra en mi camino, sino aquel en cuyo camino yo me pongo.”

Redescubriendo la Espiritualidad



Los monjes ermitaños:

Consiguieron adaptarse a la soledad, evitando existir con el prójimo. ¿Se puede amar sin convivir con otras personas?

La espiritualidad no es solamente amar a Dios.

Misterio de la proximidad de Dios:

Es que la realización del ser humano está fuera de nosotros mismos. Eso significa que para ser felices, nuestro prójimo es el propósito, si no recibimos al prójimo como regalo de Dios no seremos felices.

Juan Crisostomo dijo(1990:123):

“la caridad hace que te veas a ti mismo en el prójimo, y te enseña a alegrarte de sus bienes como de los tuyos propios”

Redescubriendo la Espiritualidad

Espiritualidad y teología:

- Es un proceso dinámico, ya que es la actividad el Espíritu Santo encarnada dentro de la historia y por medio del encuentro con la persona de fe. La teología de la espiritualidad se ocupa de la practica contextual o encarnacional de la teología cristiana. En misiones eso se llama contextualizar el mensaje del Evangelio.
- Los principios cristianos deben estar incorporados en la vida cotidiana.
- Los seres humanos tienen el aliento de vida dado por Dios para hacer posible el establecimiento de una comunión con Dios y con los demás.
- Ese soplo de vida, que Dios ha dado, nos hace partícipes de una relación dinámica con Él, y eso es espiritualidad cristiana.
- El pecado es la realidad destructora de ese aliento de vida, que nos capacita de tener una comunión con Dios, eso impide que el humano pueda tener una construcción en su espiritualidad.

Redescubriendo la Espiritualidad

Iglesia como comunidad humana donde vive la comunidad divina:

- La iglesia mientras esté unida a Cristo existe como una comunidad perdonada, que no se le imputa pecados. Y se les imputan los méritos de Cristo.
- Sin comunión en Cristo la iglesia no puede ser una comunidad de Dios.
- No podemos conocer a Dios sin ser iglesia, conocerlo es estar unidos a Él, en Cristo. (Juan 15)
- Bonhoeffer, 1961:121 dijo: “la comunión cristiana es la revelación final de Dios”, no se puede conocer a Dios sin ser su iglesia (comunidad de fe), y no se puede ser iglesia sin dar a conocer la revelación de Dios. Cristo vive en la iglesia revelándose como regalo al mundo. (Cassese, 23)

Dios como comunidad

- Dios existe como Trinidad: un solo Dios en tres personas. Esta doctrina de la Trinidad establece que Dios existe desde siempre como comunidad, y modelo para todas las comunidades. Boff dice: “si Dios existiera como una sola persona, viviría permanentemente en soledad”.
- Dios es el modelo máximo de comunidad consubstanciada y eterna. La comunidad divina presupone una relación “subsistente”; eso quiere decir que cada persona existe para la otra en una interrelación permanente.
 - El Padre es paternidad, actúa como padre.
 - El Hijo es filiación, mantienen interdependencia de quien lo engendró.
 - El Espíritu Santo es reciprocidad, relación mutua, esto se produce por la relación permanente del Padre y el Hijo.
 - (El Padre no puede ser padre sin el Hijo y el Hijo no puede ser hijo sin el Padre)
- San Agustín destacó que la forma de operar de la Trinidad está en las relaciones intra- trinitarias como manifestaciones divinas de amor (1 Juan 1:5). Son personas interrelacionadas, el que ama, el amado y el amor(Padre, Hijo y Espíritu Santo). La sustancia divina era el amor y por lo tanto; “No hay subordinación del don ni hay dominación del dador, sino una integración entre el don y el dador del don”. (Cassese, 25)

¿Que es comunidad?

Se deriva del vocablo *común*; entonces, comunidad es un conjunto de relaciones interpersonales, donde hay cosas que se tienen en común y se actúa para el bien común.

- La ilustración bíblica para esto está en 1 Corintios 12:13-31

¹³ Entre nosotros hay algunos que son judíos y otros que son gentiles; algunos son esclavos, y otros son libres. Pero todos fuimos bautizados en un solo cuerpo por un mismo Espíritu, y todos compartimos el mismo Espíritu... (léalo en su Biblia)

- Ser comunidad tienen que ver a practicar un conjunto de relaciones afectivas, familiares, productivas, etc.

El reino de Dios

- El reino de Dios es el estado perfecto de comunidad, Dios es rey y ejerce su dominio, en el reino Jesús es la cabeza, es Señor, entonces la comunidad del Reino es la comunidad de quienes servimos al Rey de justicia. (Marcos 13:26)
- Los que forman la comunidad de discípulos y siervos del Rey, van a tratar de incorporar en su vida diaria el carácter y el estilo de vida que promueva la justicia, la igualdad, la unidad y la inclusión; ya que esto anticipa el Reino por venir.
- Cassese dice: que al entender cómo es que debemos incorporar el carácter del reino en la vida diaria, hay que evitar unimos a proyectos humanos y mediaciones históricas, que pongan en juago la proclamación del Evangelio de Jesucristo como comunidad de Dios en la comunidad de fe. Es decir, que nos unimos a quienes buscan la justicia y la libertad, sin caer en ideologías, manifiestos, partidos, instituciones y regímenes con fines en sí mismos.
- El reino de Dios se opone a toda desigualdad, opresión y egoísmo (Mt. 4:23; Ef.5:15), porque la plena realización humana solo se puede dar en comunidad.
- El reino de Dios llevará a cabo la culminación del Proyecto de comunión y comunidad según el plan original de Dios.

La pseudo-espiritualidad

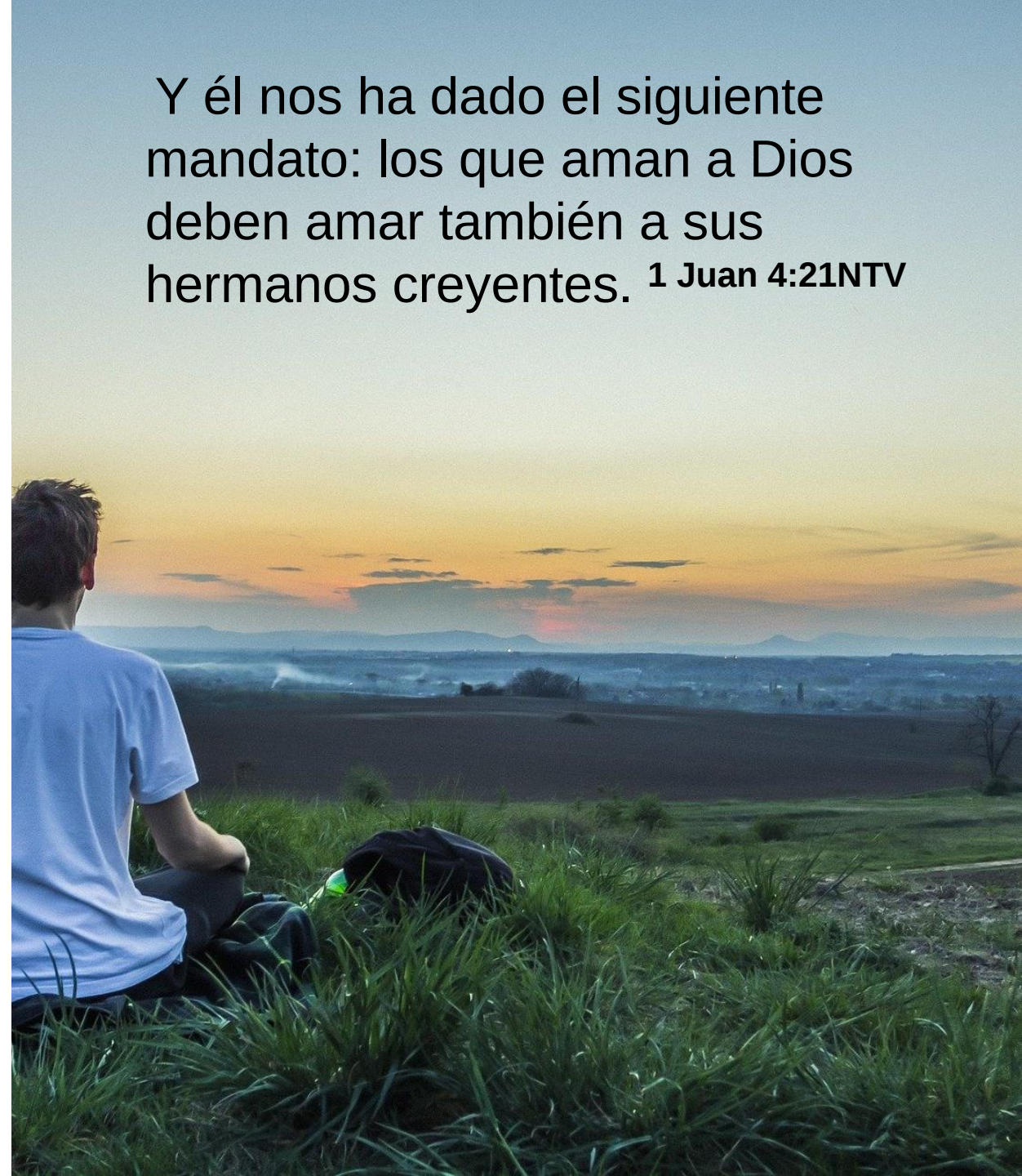
- El nivel más alto de madurez cristiana consiste en **amar a los demás con el amor con que Dios nos ama**.
- La espiritualidad que no es fundada en el amor, no será más que un culto de una idea que se tiene de Dios.
- **La espiritualidad a solas sin amar es imposible**, no se puede amar a Dios y excluir al prójimo. (1 Juan 4:20-21)
- Algunos místicos de la Edad Media idealizaron la relación privada con Dios, que los llevo a hablar de un “matrimonio místico con Dios”.



La pseudo-espiritualidad

- Juan Wesley critica la “**religión solitaria**”, sin conexión con la realidad social. Wesley dijo: “el evangelio de Cristo se opone directamente a eso; en él no se encuentra la religión solitaria.”
- El individualismo en la sociedad en que vivimos ha minado al cristianismo, no entendemos el significado de que en Cristo somos un cuerpo (comunidad), y que la relación con Dios tiene que ser orgánica; en conexión, responsabilidad e integración con el Cuerpo de Cristo a donde estamos insertados.

Y él nos ha dado el siguiente mandato: los que aman a Dios deben amar también a sus hermanos creyentes. **1 Juan 4:21NTV**



Tres enemigos de la espiritualidad verdadera

Las más comunes son el dualismo, el individualismo y el pragmatismo

1. **El dualismo** de las religiones indoeuropeas entró al cristianismo desde muy temprano. La filosofía dualista planea que el mundo de espíritus es superior al de la materia y que estos dos componentes se excluyen mutuamente.
- Esto significa que el ser humano es solo “alma”, y que el cuerpo no es bueno, esa influencia neoplatónica trajo como consecuencias que las personas en el tiempo medieval, buscaran un crecimiento espiritual practicando la flagelación y tortura.



Tres enemigos de la espiritualidad verdadera

- **La filosofía del dualismo** termina causando desequilibrio en la espiritualidad de la persona.
- La profundidad y la responsabilidad ética en las relaciones interpersonales no son alcanzadas.
- En la perspectiva bíblica, Dios creó todas las cosas físicas buenas, Él es el creador del orden espiritual y trascendente, y también del orden físico e histórico.
- Jesucristo, el Hijo de Dios, se hizo carne (Fil. 2), se desmiente el concepto de que lo físico o materia es malo en si mismo.
- El ser humano es un ser integrado e integral, por eso la doctrina de la resurrección del cuerpo es tan importante para el Aposto Pablo, ya que combate la filosofía griega de la inmortalidad del alma, con la resurrección del cuerpo, tal y como Jesús enseñó.

Tres enemigos de la espiritualidad verdadera

2. **El Individualismo** es un fenómeno social que tiene origen en la civilización occidental. Después de la conquista del “Nuevo Mundo”, se generó una visión eurocentrista del mundo.

Descartes y Kant con la Ilustración, los europeos instaron la idea de una total autonomía; en la política una posterior anarquía y en lo individual una indiferencia a los demás.

El individualismo es la búsqueda de la defensa de los derechos y el logro de la satisfacción de las necesidades y deseos personales. La persona es el centro de todo y la fuente de todo valor y dignidad. Este pensamiento filosófico termina en hedonismo y narcisismo; autosatisfacción y búsqueda de la felicidad personal, que terminan en una justificación para la competencia, la indiferencia social, el exclusivismo y el dejar de vivir en comunidad.

Es el culto del ego; es una manifestación de idolatría que provoca fragmentación y neutraliza la operación saludable de la comunidad.

Tres enemigos de la espiritualidad verdadera

3. **El Pragmatismo:** es el resultado de una sociedad que ha llegado a la industrialización avanzada, donde la tecnología es lo más importante y desplaza al ser humano.

- La tecnología ofrece una base para la filosofía del optimismo donde las personas se transforman en alguien que controla y domina.
- La persona que se sumerge en esta cultura es muy productivo pero invisible y ajeno al mundo de los demás.
- Toda actividad humana se burocratiza y se orienta a la producción, esto genera un nivel elevado de deshumanización porque promueve la fidelidad a las instituciones y a la racionalización extrema de la realidad humana.



Espiritualidad y justicia

- Según nos dice Cassese; el amor tiene una dimensión social, y ya sabemos que el perfecto amor proviene de Dios y es siempre amor de justicia (ágape), que se demuestra exteriormente.
- Niebuhr dice: “el amor suple las necesidades del prójimo, sin sopesar y comparar cuidadosamente las necesidades de este con las propias.”
- Según Balasuriya, “ el amor no se puede ser practicado sin justicia. El amor sólo puede construirse sobre la justicia, ya que la injusticia es ausencia de amor... La justicia es el comienzo del amor”.
- En la concepción bíblica se presenta la espiritualidad como la dimensión más elevada de la construcción del ser humano.
- En el NT se habla de la “vida en el Espíritu” para referirse (Romanos 8) a la totalidad de la dimensión humana que se subordina a la acción del Espíritu Santo en la historia.
- La “carne”, no solamente indica el cuerpo de quienes no están subordinados al Espíritu, sino que se refiere al ser humano completo, aunque estos nieguen la realidad de lo trascendente, y se aferran a su propia realidad y deseos.

Espiritualidad y justicia

- La iglesia como una comunidad escatológica convergen lo trascendente y lo inmanente. La misión de la iglesia , éticamente orientado al reino escatológico, es una misión (proyecto) que tiene lugar en la historia.
- Cuando el creyente se hace consiente de que la maldad e injusticia son una negación del reino de Dios, es cuando ve la crisis de la historia humana desde la perspectiva del Dios trascendente que penetró el mundo.
- La negación del reino de Dios es la negación misma de la salvación anunciada y prometida en Jesús.
- “En el caso particular de la espiritualidad cristiana, el ser humano que se abre a lo divino encuentra en Cristo, y en la cruz, la única vía de encuentro con Dios.” (Cassese, 38)

La espiritualidad es praxis

- La espiritualidad es la acción concreta que permanentemente intenta vivir la fe.
- La praxis implica un encuentro con otros seres humanos por amor, que siempre concluye en actos de justicia.
- El encuentro con Dios y la participación en su acción de amor sólo será posible cuando hay un encuentro con el prójimo en actos(praxis) igual a una auto entrega amorosa.
- Desafortunadamente, hay grupos sociales que experimentan la polarización en su interior, que nace de la necesidad de control, poder y dominación de un sector sobre otro. El egoísmo, se convierte en clasismo y elitismo, que son expresiones del pecado estructural.
- En este sentido, frente al poder absoluto, en el pueblo esta realidad de oposición, lo que provoca es que se alimente la esperanza por la liberación que les permita vivir en igualdad y justicia, con el sueño de transformar el orden deshumanizante y excluyente, a una realidad incluyente y comunitaria.

La espiritualidad es praxis

- La iglesia proclama y anticipa el horizonte nuevo y de justicia en el evangelio de del reino de Dios. Mt. 6:33 “Buscad el reino de Dios y su justicia”.
- La justicia de Dios se practica (praxis) con el amor verdadero que proviene de reino de Dios.
- El concepto de justicia es la manifestación de la verdadera espiritualidad cuando se reconoce al prójimo, (cuando actúas en servicio hacia otros, desprendidamente)



Compasión o Desplazamiento

- **Desplazamiento** - ponerse en lugar de otro. Cambiar de plazo, cambiar de sitio o lugar. Sino hay desplazamiento no hay compasión.
- Hay dos tipos de desplazamientos:
 1. *Desplazamiento en contra de la voluntad* – los pobres o los que no decidieron vivir en la extrema necesidad y la pobreza.
 2. *Desplazamiento voluntario* – la persona que libremente se deja para atender a otras personas.
- Dejar mi lugar ordinario y propio. El desplazamiento voluntario nos lleva a reconocer existencialmente nuestro propio quebrantamiento interior y nos proporciona una más profunda solidaridad con el quebrantamiento de nuestros semejantes.
- **Solidaridad** – desplazarme voluntariamente hacia las personas o grupos desplazados involuntariamente. Ponerme en las sandalias de otros y otras.

Compasión o Desplazamiento

La necesidad de tener compasión viene inesperadamente.

La compasión no se puede planificar con mi agenda. Es un asunto que viene sin esperarse. La exigencia o el desafío se presenta, no tenemos control sobre ello.

- Éxodo 3:7-9 Dios se desplazo por la visión de lo que Él vio:
- “Dijo luego Yahvé: Bien he visto la aflicción de mi pueblo que está en Egipto, y he oído su clamor a causa de sus exactores; pues he conocido sus angustias, y he descendido para librarlos de mano de los egipcios, y sacarlos de aquella tierra a una tierra buena y ancha, a tierra que fluye leche y miel, a los lugares del cananeo, del heteo, del amorreo, del ferezeo, del heveo y del jebuseo. El clamor, pues, de los hijos de Israel ha venido delante de mí, y también he visto la opresión con que los egipcios los oprimen.”

Compasión o Desplazamiento

- El que estaba con Dios se hizo carne y puso su morada entre nosotros (descripción del desplazamiento), encarnación, se desplazo a una nueva cultura.
- Todo lo que Jesús hace lo hace en términos de desplazar, cualquier milagro es un acto de desplazar(negarse a si mismo). Jesús sufría de plagmitis (viseras, moverse las tripas) se conmovía. Jesús de vez en cuando deseaba estar lejos de las multitudes porque tener compasión muchas veces produce incomodidad.
- En Marcos 7: 24-30, la mujer Sirofenicia. Jesús quiere estar solo con sus discípulos. Le sale esta mujer a su encuentro, Jesús aunque le dice que ha venido primero a la casa de Israel . Hace la sanidad por la insistencia de ella.

Compasión o Desplazamiento

- Secreto de la compasión – ver algo sagrado en el otro y por ello se acercó. El desplazamiento es ver el otro con amor.
- El otro ser humano es algo sagrado.
- **Prójimo** – es aquel que se aproxima y no el aproximado. El prójimo se hace de momento a momento. Jesús ha hecho la palabra prójimo algo indeterminado. Para el judío el prójimo era la persona de su propia raza, nación y lengua. Jesús rompe con este paradigma. Solamente es posible cuando veo la sacralidad de la otra persona. Encuentro la sacralidad por medio del silencio (casa del encuentro).

Las disciplinas espirituales

- El concepto de las disciplinas espirituales ayudan al creyente en Cristo a tener una vida cristiana que les permita encarnar la vida de Cristo en el mundo.
- La oración, el ayuno, la lectura devocional bíblica, participar en la liturgia, la confraternidad, la confesión, el perdón dado y recibido, las ofrendas y la vida en comunidad, son entre otras las que se componen como los ejercicios para la practica de esas disciplinas.
- ¿Qué es una disciplina?, una practica regular, en este caso como parte de nuestra respuesta normal a la fe y obediencia a la presencia, poder y actividad de Dios.
- Son manifestaciones de la gracia de Dios como respuesta espontanea.



Las disciplinas espirituales

La espiritualidad bíblica y disciplinas espirituales:

- En el contexto religioso en el que nos encontramos, la palabra “disciplina” la hemos asociado con cosas negativas, restricciones o castigo.
- La definición según el diccionario teológico, la regulación de la vida por principios y reglas, que sugiere austeridad y restricciones. El control mediante reglas es disciplina impuesta, pero la regulación por principios es autodisciplina.
- La madurez de la persona se va a medir por su capacidad de vivir tranquilamente dentro del sistema de reglas sin perder el sentido de la esencial libertad.
- La espiritualidad bíblica tiene poco que ver con asuntos de reglas, y tiene mucho que ver con la orientación de la comunidad hacia Dios en el mundo.



Las disciplinas espirituales

La espiritualidad bíblica y disciplinas espirituales:

- Según Schneiders, la vida de la fe tiene tres marcos de referencia espiritual:
 - Comunidad del Espíritu – cuando vivimos en la fe.
 - Palabra y sacramento- se nutren en la fe.
 - Ministerio basado en la misión- la iglesia se expresa y comparte la fe.

Las disciplinas espirituales se convierten en lo que debemos hacer para influir en la acción de Dios, en vez de lo que debemos ser para conformarnos a la imagen de Cristo. (Rivera, 22)



Disciplinas espirituales y el cuidado pastoral

Efesios 5:15-20 (RV60)

¹⁵ Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios,

¹⁶ aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos.

¹⁷ Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor.

¹⁸ No os embriaguéis con vino, en lo cual hay disolución; antes bien sed llenos del Espíritu,

¹⁹ hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones;

²⁰ dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo.



Disciplinas
ESPIRITUALES

Bibliografía

- Amparo Rivera, Roberto. ***Introducción a las Disciplinas Espirituales***. Nashville, Tennessee: Abingdon Press, 2008.
- Cassese, Giacomo. ***Comunión y Comunidad: Introducción a la Espiritualidad Cristiana***. Nashville, Tennessee: Abingdon Press, 2004.
- <https://www.vidanuevadigital.com/2013/04/26/el-peligro-de-la-espiritualidad-sin-dios/> - por **MIGUEL ÁNGEL MALAVIA 26/04/2013**
- <https://www.youtube.com/watch?v=al4WMrQTsvA> – La Espiritualidad Cristiana.

A man with short dark hair, wearing a grey t-shirt and dark pants, stands in the center of a church aisle. He has his hands clasped in prayer, with his head bowed. The church has wooden pews on either side, and the floor is covered in a blue carpet. At the far end of the aisle, there is a large window or doorway that lets in bright light, creating a soft glow on the carpet. The overall atmosphere is peaceful and contemplative.

Gracias