



El Acompañamiento Espiritual

Descripción

El acompañamiento espiritual personal es la ciencia y el arte de conducir a los cristianos hacia la santidad, y se realiza por medio de los consejos que un guía u orientador espiritual ofrece a la persona aconsejada. Esta realidad ha estado constantemente presente en la vida de la Iglesia durante toda su historia.

Tiene como objetivo ayudar a que cada uno armonice, según su propia personalidad, libremente, los diversos aspectos de su comportamiento, para alcanzar la unidad de vida en las circunstancias ordinarias.

San Juan de la Cruz

San Juan de la Cruz ponía un ejemplo gráfico para animar a que las personas siempre cuenten con alguien en su camino espiritual. En sus *Dichos de luz y de amor*, remarcaba que **“El alma a solas, sin maestro que tiene virtud, será como el carbón encendido que está solo; antes se irá enfriando que encendiendo”**.

Este medio de santidad ha existido siempre, con diversas modalidades, y ha sido ampliamente aconsejado en la tradición ascética. Tenemos experiencia abundante de los santos (san Jerónimo, san Vicente Ferrer, santa Teresa, san Josemaría...).

Por ejemplo, san Pedro de Alcántara escribió: «una de las cosas más arduas y dificultosas que hay en esta vida es saber ir a Dios y tratar familiarmente con Él. Y por esto no se puede en este camino andar sin alguna buena guía» .



Un ejemplo contagioso

Turín en el siglo XIX fue una ciudad que miraba con ilusión el futuro y con sorpresa lo que pasaba en sus calles. Es llamativa la concentración de hombres de Dios que, por metro cuadrado, se dio en aquella ciudad. Y, casi todos, con un elemento común que los unía a pesar de sus múltiples diferencias: su orientador espiritual, un sacerdote ejemplar llamado san José Cafasso.

Por eso a su despacho llegaban continuamente obispos, comerciantes, sacerdotes, obreros, militares, y toda clase de personas necesitadas de un buen consejo. Y volvían a su casa con el alma en paz y llena de buenas ideas para santificarse.

¿Qué hizo popular a Cafasso?

La gran cualidad que hizo muy popular a Cafasso fue su calma y su serenidad. Algo encorvado (desde joven) y pequeño de estatura, pero en el rostro siempre una sonrisa amable. Su voz sonora, y encantadora. De su conversación irradiaba una alegría contagiosa. Todos elogiaban su tranquilidad inmutable.

La gente decía: «Es pequeño de cuerpo, pero gigante de espíritu». A sus dirigidos les repetía: «Nuestro Señor quiere que lo imitemos en su mansedumbre». Este humilde sacerdote fue quizás el más grande amigo y benefactor de san Juan Bosco y, de muchos seminaristas pobres más, uno de los mejores formadores del siglo XIX.

¿Cómo aprovechar la orientación?

Dios también se vale de la personalidad del [orientador espiritual](#) para ayudar al dirigido: talentos, conocimiento, experiencia, vida de oración, pero también junto con debilidades, prejuicios, falta de experiencia... todo, todo entra en juego.



Dejamos algunas ideas para aprovechar mejor este medio:

- **¿Quién?** Lo primero es seleccionar bien con quien hablar, puede ser un sacerdote o un laico. Vale la pena hacer una cuidadosa búsqueda antes de elegir un acompañante espiritual. Después de todo, se está buscando una persona a la que, en parte, se le confía la salvación y la santificación de la propia alma.
- **¿Cuándo?** También hay que tratar de hacerla periódicamente, al principio puede ser mensual, luego se pasa cada quince días y algunas personas que tienen una vida interior muy rica llegan a buscarla cada semana.
- **¿Cuánto tiempo?** A pesar de que las necesidades varían, normalmente una sesión bien preparada no necesita más de veinte minutos o máximo media hora. Cuando se hace con mucha frecuencia baja el tiempo de cada encuentro. Un consejo: trata de no dejar nunca tu encuentro sin fijar la próxima cita.
- **¿Disposiciones?** darse a conocer con sencillez, sin reservas. Como un enfermo que acude al médico para curarse. Evitar ser complicados, retorcidos, enmarañados. Ser sencillos y objetivos, contando todo lo que vale la pena contar. Si no quisiéramos que algo se supiera, habría que decirlo corriendo. La sinceridad es la mejor arma contra la tibieza.
- **¿Propósitos?** Es bueno concretar las resoluciones tomadas de las normalmente pocas palabras del consejo dado. Estas resoluciones deben ser llevadas a la oración y acción y luego hablar sobre ellas si es posible, en el próximo encuentro. Hacer propios los consejos.
- **¿Dé que hablar?** Ciertamente la calidad y cantidad de la oración y lectura espiritual y vida sacramental siempre deberían ser tratadas. La lucha por vivir como cristiano en el matrimonio y familia, trabajo, amistades y vida social debe normalmente ser considerada específicamente. Compensa profundizar en los defectos o fallas que impiden hacer progresos más rápidos hacia la santidad.
- **¿Y el apostolado?** Con el tiempo, los esfuerzos para compartir la fe de un modo natural con aquellos que nos rodean pueden ser también un tópico de discusión. Estos esfuerzos pueden tener buenos resultados en gracias de Dios, en reconciliaciones, conversiones y vocaciones.

Como hemos visto, la orientación espiritual es un importante paso para ayudarnos a identificarnos con Cristo para que podamos ayudarnos a construir, a través de nuestra oración y sacrificio, la civilización del amor y la verdad, en definitiva, es escoger a alguien que te ayudará a llegar al cielo.

Esta meditación puede ayudar a profundizar