

## La dinámica de la elección en el llegar a ser adulto

### Discernimiento – Sacrificio – Misionalidad

#### 1. No podemos no escoger

Escoger no es opcional en la vida del ser humano. Continuamente estamos frente a opciones entre las que escoger. A veces se trata de opciones que hacemos casi automática o instintivamente, en otros casos tenemos que pensarlas un poco, en otras estamos obligados a tomarnos un tiempo antes de tomar decisiones, por no hablar, obviamente, del caso más específico que es la opción de vida.

Precisamente por este motivo, comprendemos que el discernimiento no es un estilo que puede causarnos más o menos simpatía, sino que es el estilo esencial del ser humano, antes incluso que del cristiano. El discernimiento nos re-envía a algunas características que nos permiten vivir la propia vida en plenitud: la conciencia, la libertad y la responsabilidad.

#### 2. Características del discernimiento

El discernimiento nos habla sobre todo de la conciencia: el verbo *discernere* hace referencia, de hecho, al cedazo. Pensemos, por ejemplo, en un tamiz en el que hay un poco de todo (arena, harina u otra cosa). Solo a través de la operación del tamizar con un cedazo podremos distinguir lo que nos sirve y lo que, en cambio, podemos tirar a la basura. Solo distinguiendo podemos hacer nuestro y utilizar lo que es mejor para nosotros.

El tamiz es una imagen de nuestra interioridad en la que hay un poco de todo: deseos, miedos, elementos objetivos, reglas, anhelos, esperanzas...

En un plano meramente humano, discernir significa reconocer lo que me sirve, me ayuda, para arrojar fuera lo que me hace daño, no me ayuda. En un plano espiritual, significa dar un paso más para individuar qué pensamientos o sentimientos vienen de Dios, es decir, son una inspiración del Espíritu Santo para avanzar hacia nuestra felicidad, y qué pensamientos y sentimientos vienen, en cambio, del Enemigo, que quiere alejarnos de nuestra realización personal.

#### 3. El deseo

El punto de partida de este camino de conciencia en vista del discernimiento y eventualmente de las opciones, es el reconocimiento del deseo que nos habita. El deseo es lo que nos pone en movimiento y nos hace caminar. Lo comprendemos mirando a la misma palabra "deseo". La palabra latina *de-siderium* está compuesta de dos partes: el *de-* indica una falta y es el primer aspecto del deseo. Si deseamos algo quiere decir que en este momento no lo tenemos. La dificultad de reconocer nuestro deseo depende a veces también del orgullo que nos impide admitir que nos falta algo.



Mirando bien sus encuentros, Jesús impulsa siempre a las personas a ponerse delante de lo que la falta con honestidad, porque solo de ese modo se crea el espacio suficiente para que él pueda indicar la dirección: ¿Qué buscáis? Es la primera palabra de Jesús en el Evangelio de Juan; pero también en las bodas de Caná falta el vino que es necesario en ese momento para que la fiesta de aquella pareja de esposos no termine mal; así como la samaritana necesita ponerse ante la verdad de su vida, una vida en la que falta el amor verdadero: ha tenido cinco maridos, tiene también otro hombre, pero no se siente amada de verdad...

Una vez que esta falta es reconocida, tenemos una dirección para movernos y comenzar a buscar. He aquí la segunda parte de la palabra deseo: *sidus* quiere decir en latín *estrella*. La experiencia de los Magos, narrada en el Evangelio de Mateo, nos invita a prestar atención a algunos aspectos de esta búsqueda: los Magos vienen de lejos: para buscar, ¡han dejado sus seguridades! Para seguir la estrella, deben aceptar necesariamente el camino de la noche, en la oscuridad, afrontando el riesgo. De hecho, quien quiera tener todo bajo control, difícilmente dejará espacio a los deseos en su propia vida y, por tanto, difícilmente encontrará lo que busca. Los Magos están dispuestos a seguir la estrella incluso cuando parece conducirles por lugares improbables, donde no habrían pensado llegar, son conducidos a Belén, donde para extraño ir a buscar un Rey.

#### 4. El mundo afectivo

Una vez que nos hemos movido por el deseo, podemos ir a buscar indicaciones para leer lo que estamos encontrando por el camino.

El primer objetivo del discernimiento, de hecho, no es llegar a escoger, sino ser conscientes de lo que se mueve dentro de nosotros. Solo así podemos ser personas libres. Imaginemos que estamos sobre un barco de vela: si conocemos las direcciones de los vientos y aprendemos a usarlos, podemos llevar el barco donde queramos. Si, en cambio, no sabemos reconocer los vientos o no sabemos o no pretendemos usarlos, nuestro barco irá a la deriva entre las olas y llegará, probablemente, a puertos que no hemos escogido o, alguna vez, ¡llegará incluso a estrellarse contra los acantilados!

Este barco de vela es una imagen de nuestra vida. Los vientos representan nuestra afectividad que, en cualquier caso, nos mueve. Si ignoramos estos movimientos interiores, nos veremos empujados sin ninguna conciencia, seremos vividos por nuestros afectos antes que ser nosotros quienes los vivamos.

Intentemos echar una ojeada a esta afectividad, a menudo confusa y compleja. Antes que nada, tenemos que distinguir entre las emociones y los sentimientos. Recordemos enseguida que lo que hay que considerar en una elección son los sentimientos y no las emociones. Las emociones son, de hecho, respuestas inmediatas e inconscientes a los estímulos que recibimos del ambiente exterior: una situación, una mirada, una palabra, una música... Las emociones terminan cuando cesa el estímulo. Las emociones son públicas porque todos pueden ver las manifestaciones somáticas o, en teoría, hasta podrían verificarse, a través de una resonancia, las áreas cerebrales que se han activado.

Los sentimientos, en cambio, perduran en el tiempo porque no están conectados exclusivamente a un estímulo, sino que son el efecto de un pensamiento generado, en ocasiones, en un contexto y en relación a un estímulo. Los sentimientos revelan, pues, lo

que estoy pensando, mi opinión o interpretación ante una situación. En este caso, son privados, porque más allá de las áreas cerebrales que se han activado, solo yo puedo saber qué estoy pensando y por qué se ha activado esa determinada área cerebral. Como decía Epicteto: “no son las cosas en sí mismas las que nos fastidian, sino la opinión que nos hacemos de ellas”.

## 5. La dinámica de la decisión

Precisamente, esta relación entre sentimiento y pensamiento, hacen candidatos a los sentimientos para ser el gozne en torno al que gira la dinámica de los sentimientos.

Podemos analizar esta dinámica antes sobre el plano meramente humano y después ver cómo éste constituye la base para un discernimiento espiritual.

Pongamos el caso de que yo deba hacer un examen. Ante esta perspectiva experimento miedo. Me pregunto: ¿cuál es el pensamiento que está detrás del sentimiento del miedo?

Hipótesis 1: ¡No soy bueno en nada! ¡Soy un fracaso! ¡No lo lograré nunca!

Hipótesis 2: Tengo el examen dentro de una semana y me faltan todavía 100 páginas que estudiar.

El pensamiento 1 no me ayuda y es infundado o, al menos, no necesariamente verdad. Así que, sería mejor no alimentar este pensamiento.

El pensamiento 2, en cambio, me puede ayudar; porque es un estímulo para ponerme a estudiar. Es funcional para mi vida y es bueno también tomarlo en consideración.

Ahora podemos comprender mejor la dinámica del discernimiento espiritual: a través de las mediaciones (aunque Dios puede hacerlo también directamente), el Señor por una parte, pero también el Enemigo de la naturaleza humana (como lo llama San Ignacio) por otra, nos empujan, el uno hacia nuestra felicidad, el otro, lejos de nuestro bien. ¿Cómo lo hacen? Suscitando pensamientos que se revelan a través de los sentimientos de los que necesariamente se acompañan. No existen, de hecho, pensamientos neutros, sino que, cada pensamiento lleva consigo una consecuencia afectiva.

En el discernimiento parto, pues, observando que una determinada situación o ante una perspectiva o rezando sobre un texto bíblico he sentido este sentimiento. Me pregunto: ¿qué pensamiento está detrás de este sentimiento? ¿De dónde viene? ¿Del Espíritu bueno o del espíritu malo (por usar la terminología de San Ignacio).

Sin entrar en lo específico de las reglas del discernimiento espiritual, podemos – sin embargo – decir en general que la tranquilidad no es siempre signo del Espíritu bueno, porque si estamos recorriendo un camino que no nos lleva a nuestra felicidad, el espíritu malo hará lo posible por cubrir todo lo que pudiera movernos al cambio. Del mismo modo, la agitación o la desolación podrían venir de Dios, cuando, en ocasiones, intenta movernos y disuadirnos de un camino dañoso para nosotros.

## 6. Responsabilidad, sacrificio y apertura

Como se puede intuir, el discernimiento presupone personas libres y responsables, es decir, adultos en la fe. Por desgracia, sucede a menudo que veamos jóvenes que no tienen la fuerza o las ganas de asumir responsabilidades y desgraciadamente encuentran adultos que con gusto los sustituyen, percibiendo esta sustitución como un sutil placer de poder sobre alguien. Si queremos ayudar al crecimiento de una persona, tenemos que acompañarla de modo que se haga capaz de opciones autónomas, capaz de mirarse dentro y reconocer lo que está sucediendo en su propio corazón.

Toda elección se cumple de verdad cuando se matan las otras posibilidades. Hasta que otros caminos continúen todavía abiertos, no se puede hablar de una verdadera elección. *Decidere*, subrayan algunos, tiene la misma raíz que *recidere*, cortar. La responsabilidad implica siempre un sacrificio, porque quiere decir exponerse también a la posibilidad de equivocarse.

En el camino que lleva a la elección es necesario también que suceda un descentramiento: quien escoge no puede permanecer replegado sobre sí mismo. Para escoger es necesario tener en cuenta la realidad, no solo interna (lo que soy), sino también externa (dónde estoy). La decisión no es nunca, de hecho, un acontecimiento aislado, sino que implica también a los demás. No se decide nunca solo para sí mismo, porque toda decisión nuestra tiene, inevitablemente, consecuencias también sobre los demás. Aquí es donde veo la dimensión misionera de la decisión. Y por eso es importante que cuando acompañamos a alguien en su proceso de decisión, no favorezcamos una cerrazón sobre sí mismo, sino que ayudemos también a ver lo que hay alrededor. Cuando tomo una decisión, no miro solo mi bien, sino también el bien que puedo realizar para los demás.